

ESSAI PRÉSENTÉ À
UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE DE LA MAÎTRISE EN ERGOTHÉRAPIE (M.Sc.)

PAR
STÉPHANIE ROY

L'INFLUENCE DE L'IDENTITÉ ATHLÉTIQUE SUR LA TRANSITION DE CARRIÈRE
CHEZ LES ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU

DÉCEMBRE 2020

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de bibliothèque

REMERCIEMENTS

Au terme de ce projet, j'aimerais remercier tout spécialement monsieur Pierre-Yves Therriault, superviseur de cet essai et directeur du Département d'ergothérapie à l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR). Merci du temps et de l'intérêt accordés à mon projet. Vos suggestions et vos commentaires constructifs m'auront permis d'approfondir mes réflexions afin de parvenir à ce résultat.

Merci également à toutes les personnes ayant été impliquées dans le processus de rédaction. Que ce soit, mes anciens entraîneurs ou encore des athlètes de haut niveau maintenant investi dans une nouvelle perspective vocationnelle, chacune de ces collaborations aura permis de bonifier le projet.

Finalement, j'aimerais remercier mon entourage qui m'a supporté dans l'ensemble de mon parcours scolaire. Vous avez cru en moi, j'ai obtenu une maîtrise en ergothérapie, j'ai des outils pour envisager mon avenir vocationnel.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS	ii
LISTE DES TABLEAUX	vi
LISTE DES FIGURES	vii
LISTE DES ABRÉVIATIONS	viii
RÉSUMÉ	ix
ABSTRACT	x
1. INTRODUCTION	1
2. PROBLÉMATIQUE	4
2.1. Athlètes de haut niveau.....	4
2.2. La retraite sportive, une transition de vie majeure	5
2.3. Difficultés générées par les transitions	7
2.4. Pertinence scientifique et professionnelle	7
3. OBJECTIF ET QUESTION DE RECHERCHE	9
4. CADRE CONCEPTUEL	10
4.1. Athlète de haut niveau	10
4.2. La retraite sportive.....	11
4.3. Transition de vie	12
4.4. Identité	13
4.5. L'adaptation occupationnelle.....	16
4.6. Le Modèle de l'occupation humaine (MOH) de Kielhofner (2004).....	17
4.6.1. L'être	17
4.6.2. L'agir	18
4.6.3. L'environnement	18
4.6.4. Le devenir.....	19
4.7. Prévention	21
5. MÉTHODE	23
5.1. Justification du choix des bases de données	23
5.2. Équations de recherche	24
5.3. Critères d'inclusion et d'exclusion	25
5.4. Processus de sélection des articles.....	25
5.5. Processus de traitement des données	26
6. RÉSULTATS	28
6.1. Constats généraux.....	28

6.2. Devis et approches	28
6.3. Caractéristiques de l'échantillon.....	29
6.4. Trajectoires adaptatives à la transition de vie.....	36
6.5. Association entre la puissance de l'identité athlétique et l'adaptation à la transition de carrière	37
6.5.1. Facteurs liés à l'identité personnelle	37
6.5.1.1. Disposition au changement.....	37
6.5.1.2. Perception de soi.....	39
6.5.1.3. Contrôle perçu; l'autonomie décisionnelle.....	40
6.5.1.4. Confusion identitaire; fusion rôle-identité et exclusivité identitaire	41
6.5.2. Facteurs liés à l'identité sociale.....	43
6.5.2.1. Statut d'élite de la société	43
6.5.2.2. Dimension culturelle.....	44
6.5.2.3. Support social et processus de redéfinition identitaire	45
6.5.2.4. Environnement institutionnel; programmes gouvernementaux et fédérations sportives	47
6.6. Liens entre les études.....	49
7. DISCUSSION	51
7.1. Les conséquences d'une forte identité athlétique sur l'adaptation occupationnelle à la transition de carrière	51
7.2. Perspective ergothérapique du processus de transition de carrière	53
7.3. Plaidoyer pour l'inclusion de l'ergothérapie dans l'offre de services aux athlètes de haut niveau en processus de transition de carrière	56
7.3.1. Favoriser une participation sociale, de la retraite sportive à la retraite conventionnelle.....	57
7.3.2. Offrir des services respectant le parcours développemental des athlètes.....	57
7.3.3. Favoriser la construction d'une identité occupationnelle variée et multiple	58
7.3.4. Utiliser l'occupation pour mener une vie satisfaisante.....	59
7.4. Forces et limites de la recherche.....	59
7.5. Retombées pour la profession de l'ergothérapie	60
8. CONCLUSION	62
RÉFÉRENCES	64
ANNEXE A REPRÉSENTATION GRAPHIQUE DU MODÈLE DE L'ADAPTATION À LA TRANSITION DE CARRIÈRE CHEZ LES ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU EN PROCESSUS DE RETRAITE SPORTIVE PROPOSÉ PAR TAYLOR ET OGILVIE (1994).....	70

ANNEXE B REPRÉSENTATION GRAPHIQUE DU « MODÈLE DE L'OCCUPATION HUMAINE » (MOH) DE KIELHOFNER (2004).....	71
ANNEXE C GRILLE D'ÉVALUATION D'UN ARTICLE SCIENTIFIQUE.....	72
ANNEXE D GRADES DES RECOMMANDATIONS ET NIVEAU DE PREUVE SCIENTIFIQUE.....	77
ANNEXE E ADAPTATION DE LA GRILLE D'EXTRACTION DES DONNÉES PERTINENTES DU CNFS.....	78

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1.	Équation de recherche pour la base de données <i>CINAHL</i>	24
Tableau 2.	Équation de recherche pour la base de données <i>PsycINFO</i>	24
Tableau 3.	Équation de recherche pour la base de données <i>SPORTDiscus</i>	25
Tableau 4.	Caractéristiques des études, niveau d'évidence et qualité des évidences scientifiques	30
Tableau 5.	Caractéristiques des échantillons des études	33
Tableau 6.	Gradation des recommandations fondée sur le niveau de preuve scientifique	77
Tableau 7.	Grille d'extraction des données	78

LISTE DES FIGURES

Figure 1.	La construction et la transformation de l'identité occupationnelle	16
Figure 2.	Développement occupationnel de l'athlète de haut niveau	21
Figure 3.	Étapes du processus de traitement des données.....	26
Figure 4.	Processus de développement identitaire athlétique et répercussion sur la transition occupationnelle de l'athlète de haut niveau	50

LISTE DES ABRÉVIATIONS

ACE	Association canadienne des ergothérapeutes
ACTQ	« Athlete career termination questionnaire »
AIMS	« Athletic Identity Measurement Scale »
AOTA	« American Occupational Therapy Association »
CNFS	Consortium national de formation en santé
HAS	Haute Autorité de Santé
MOH	Modèle de l'occupation humaine
NACE	« National Athlete Career and Education program »
NBA	« National Basketball Association »
NFL	« National Football League »
SWLS	« Satisfaction with Life Scale »
USA	« United States of America »
ValMO	« Value, Meaning and Occupations Model »

RÉSUMÉ

Problématique : Les athlètes de haut niveau sont des personnes qui s'investissent de façon importante dans leur profession ce qui façonne leur horaire occupationnel, leurs routines et leurs habitudes. Plus qu'un simple travail, ces personnes se définissent par la pratique sportive en développant une identité athlétique puissante. Ils sont confrontés à une transition de vie majeure, soit la retraite sportive particulière en raison de sa survenue en bas âge et des changements occupationnels devant s'opérer vers une nouvelle forme d'engagement vocationnel. La littérature abonde dans le sens que la majeure partie de cette population expérimente des difficultés adaptatives à cette nouvelle réalité. Actuellement, cette transition de vie est majoritairement abordée et traitée par le domaine de la psychologie. Étant un défi occupationnel, l'ergothérapie n'aurait-elle pas sa place? **Objectif :** 1) comment la transition occupationnelle chez l'athlète de haut niveau est influencée par l'identité athlétique; 2) dégager le potentiel d'intervention en ergothérapie. **Cadre conceptuel :** Deux modèles sont utilisés pour conceptualiser la retraite sportive, la transition de vie et l'adaptation occupationnelle étroitement liée au concept d'identité occupationnelle. Il s'agit du « Conceptual model of adaptation to career transition » de Taylor et Ogilvie (1994) et du « Modèle de l'occupation humaine » de Kielhofner (2004). **Méthode :** L'étude est une revue structurée de la littérature réalisée (*CINAHL*, *PsycINFO* et *SPORTDiscus*) pour les dates allant de 1980 à décembre 2019. 124 articles ont été soumis à un processus de traitement des données visant la vérification de la pertinence en regard à la question de recherche, le respect des critères d'inclusion/d'exclusion et la qualité scientifique (Dumont, 2011; Haute autorité en santé, 2013). 13 articles ont été sélectionnés pour générer les résultats. Ces derniers ont été obtenus à l'aide d'une grille d'extraction des données (CNFS, n.d). **Résultats :** Une approche qualitative a été utilisée dans 61.5% des études (prédominance du devis phénoménologique rétrospectif). Deux trajectoires adaptatives ressortent, soit une adaptation positive se traduisant par une satisfaction générale et une sensation de bien-être ou une adaptation difficile avec des défis occupationnels et de la détresse. L'identité athlétique repose sur la conception de soi et le degré d'identification au rôle d'athlète dont l'intensité se répercute sur l'adaptation. L'identité occupationnelle (composante personnelle et sociale) joue un rôle clé dans la transformation de l'identité occupationnelle. **Discussion :** Les résultats obtenus sont cohérents avec ceux portant sur le développement de l'identité occupationnelle et les risques associés à une identité occupationnelle unidimensionnelle sur l'adaptation à des transitions de vie. Les résultats convergent vers le modèle de Taylor et Ogilvie (1994) démontrant la pertinence du modèle, malgré le soulèvement de critiques. En cohérence avec les principes théoriques et les concepts propres à l'ergothérapie, la retraite sportive synonyme de perturbation des routines et des occupations devrait être abordée par ces professionnels. **Conclusion :** La puissance de l'identité athlétique est associée à l'émergence de difficultés notamment dans la redéfinition du soi occupationnel. L'ergothérapeute est un professionnel qualifié pour intervenir dans cette problématique occupationnelle mettant en relation les trois concepts fondamentaux de la profession (personne, environnement, occupation).

Mots clés : *Athlètes de haut niveau, retraite sportive, transition occupationnelle, redéfinition identitaire, adaptation occupationnelle.*

ABSTRACT

Background: High performance athletes are people who invest heavily in their profession which shapes their occupational schedules, routines, and habits. More than just a job, these people define themselves through sports practice by developing a powerful athletic identity. They are faced with a major life transition, that is, the sports retirement qualified as special because of its early age and the occupational changes that must take place towards a new form of vocational commitment. The literature abounds in the sense that most of this population experiences minor to major adaptive difficulties to this new reality. Currently, this life transition is mainly approached and treated by the field of psychology. Being an occupational problem, shouldn't occupational therapy have its place?

Objective: 1) Understand how the occupational transition in the high-performance athlete is influenced by athletic identity; 2) identify the potential for intervention in occupational therapy.

Conceptual Framework: Two models are used in this essay to conceptualize sports retirement, life transition and occupational adaptation which is closely related to the concept of occupational identity. These are the "Conceptual model of adaptation to career transition" by Taylor and Ogilvie (1994) and the "Model of human occupation" by Kielhofner (2004).

Method: The study is a structured review of the literature carried out (*CINAHL*, *PsycINFO* and *SPORTDiscus*) for the dates ranging from 1980 to December 2019. 124 articles were submitted to a data processing process aimed at verifying their relevance to the research question, compliance with inclusion and exclusion criteria as well as scientific quality (Dumont, 2011; Haute autorité en santé, 2013). 13 articles were selected to generate the results. These were obtained using a data extraction grid (CNFS, n.d).

Results: A qualitative approach was used in 61.5% of the studies (mainly a retrospective phenomenological estimate). Two adaptive trajectories emerge from the studies, either a positive adaptation resulting in general satisfaction and a feeling of well-being, or rather a difficult adaptation characterized by numerous occupational challenges as well as distress. Athletic identity is based on self-conception and the degree of identification with the role of athlete, the intensity of which is reflected in adaptation. Occupational identity with a personal and social component plays a key factor in the transformation of occupational identity.

Discussion: The results obtained are consistent with those relating to the development of occupational identity as well as the risks associated with a one-dimensional occupational identity for adaptation to life transitions. The results also converge on the model of Taylor and Ogilvie (1994) demonstrating the relevance of the model, although some criticisms may be raised. In line with the theoretical principles and concepts specific to occupational therapy, sports retreat synonymous with disruption of routines and disruption of occupations should be addressed by these professionals.

Conclusion: The power of athletic identity is associated with the emergence of difficulties, particularly in redefining the occupational self. The occupational therapist is a professional qualified to intervene in this occupational problem by relating the three fundamental concepts of the profession, namely the person, the environment, and the occupation.

Key words: *High level athletes, sports retreat, occupational transition, identity redefinition, occupational adaptation.*

1. INTRODUCTION

1980, Jeux olympiques de Moscou, le rêve de 211 athlètes canadiens, tout comme celui, entre autres, des athlètes américains, se voit anéanti par la décision d'un boycott utilisé à des fins politiques. Dany Deslongchamps, ancien membre de l'équipe canadienne de cyclisme figure parmi ces victimes. Dans un texte intitulé « Ces Jeux qu'on nous a volés », cet athlète retraité expose les répercussions dévastatrices de cette privation d'opportunités sportives sur le plan personnel, incluant majoritairement une difficulté marquée à s'investir dans la vie post-carrière sportive. Ayant abandonné les études et s'étant investi entièrement dans sa carrière d'athlète de haut niveau, qu'allait-il devenir, qui serait-il maintenant que la pratique du sport qui mobilisait son énergie lui était retirée? À l'âge de 60 ans, monsieur Deslongchamps se prépare à une nouvelle transition, sa retraite. Ayant complété un diplôme d'études collégiales en sciences humaines, il a travaillé comme gestionnaire de la chaîne de magasins « ALDO » et comme commis chez CAA. Il affirme qu'encore aujourd'hui il ne considère pas s'être adapté pleinement et qu'il n'a jamais réussi à transformer son identité d'athlète. Repenser à sa carrière de cycliste lui occasionne une profonde douleur émotionnelle, un grand sentiment de nostalgie, de perte d'un quotidien rempli d'effervescence et d'adrénaline (Deslongchamps, 2020).

Mars 2020, c'est au tour des rêves de quelque 11 000 athlètes de l'ensemble du globe d'être chamboulés (Gouvernement métropolitain de Tokyo, 2018). La retraite sportive décrite par plusieurs auteurs comme un moment critique dans la vie d'un athlète fait l'objet d'intérêt de nombreuses publications scientifiques depuis quelques décennies (Baillie, 1993; Lavalée, et al., 2013; Pearson & Petitpas, 1990). L'incertitude face à la crise sanitaire affectant le monde du sport amateur, mais également professionnel, par l'augmentation de risques non négligeables pour la santé, force les athlètes à se conformer aux exigences des autorités publiques. Ils se voient ainsi privés de toute forme de compétition, privés de leur routine quotidienne, mais également de l'exposition sociale et de la reconnaissance des efforts associés à la pratique sportive (Harvey, 2020). Dans son texte, Deslongchamps (2020) s'inquiète des répercussions de cet enjeu planétaire sur le devenir des athlètes. L'enjeu de toute autre nature que celui sociopolitique de 1980 pourrait encore avoir des répercussions sur le processus complexe de transition de carrière post-carrière sportive.

La transition de vie vécue par un athlète en fin de carrière sportive, se caractérisant par une importante perturbation de l'identité occupationnelle, s'avère problématique, et ce tout spécialement chez les athlètes de haut niveau (Bilard, Ninot & Stephan, 2005). Cette identité relative au rôle d'athlète pourrait-elle être un facteur clé pour l'obligatoire processus d'adaptation occupationnel qu'il entraîne? Deslongchamps (2020) souligne : « Mais un athlète, ça reste un athlète ». Qu'est-il possible de dégager d'une telle affirmation? La forte identification à ce rôle serait-elle une ressource adaptative à une nouvelle occupation ou serait-elle plutôt une barrière à l'exploration et à l'engagement dans une nouvelle occupation vocationnelle? La pandémie liée à la Covid-19 amène à se questionner sur les répercussions potentielles de la prise de la retraite sportive chez bon nombre d'athlètes. Certains poursuivront leur parcours jusqu'aux Jeux de Tokyo 2020, maintenant prévus à l'été 2021, alors que d'autres seront poussés, malgré eux, vers une retraite plus précoce que ce qu'il avait envisagé.

Ces personnes, souvent dans la trentaine, se sont consacrées et dévouées entièrement à leur sport depuis de nombreuses années. La prise de la retraite sportive, entraînant l'entrée dans un processus d'adaptation occupationnelle à une nouvelle carrière, est considérée comme une transition de vie majeure pouvant perturber la conception du monde et venir brouiller l'identité (Ungerleider, 1997). La littérature sur les taux de dépression, la présence de symptômes dépressifs et anxieux, des problèmes financiers, des difficultés à se réinvestir dans une nouvelle carrière, etc. sont notés pour cette population (Bilard, Delignieres, Ninot & Stephan, 2003). Ceci ne représente qu'un aperçu des problématiques potentielles, alors que de façon générale, les impacts sur la qualité de vie, le sentiment de bien-être et la satisfaction face à la transition démontrent une difficulté marquée pour cette population à s'adapter à la transition de carrière post-carrière sportive (BBC, 2020; Lavalley, Park & Tod, 2013).

Seul un article appartenant spécifiquement au domaine de l'ergothérapie est disponible dans les bases de données. L'« American Occupational Therapy Association » (AOTA) s'est prononcée sur la pratique auprès de cette population dans une publication datant de 2017 en l'identifiant comme une pratique émergente (Marterella & Smoot, 2017). En effet, les ergothérapeutes ont développé une expertise en lien avec les transitions de vie par l'utilisation des occupations pour promouvoir l'engagement lors de ces périodes de déséquilibre favorisant le bien-être des personnes. La vision holistique de l'être humain qu'utilisent les ergothérapeutes constitue un atout

important pour intervenir efficacement durant cette période critique de vie, alors qu'il est caractérisé comme des étapes complexes dont plusieurs domaines dont la personne, l'environnement et l'occupation sont en relation (Gibson, Orentlicher & Scheffkind, 2015).

La position présentée dans cet essai expose d'abord la problématique d'adaptation occupationnelle chez les athlètes de haut niveau en processus de retraite. Elle prend appui sur une recension de la littérature actuellement accessible en lien avec la retraite sportive de la population cible. L'objectif comportant deux volets visant la compréhension de cette transition et une application pratique à la profession d'ergothérapie sera abordé suivi d'une définition appliquée des concepts principaux dans la section cadre conceptuel. La méthode complète employée pour la réalisation de cette revue de la littérature fait ensuite l'objet d'une description exhaustive en abordant le processus systématique utilisé pour réaliser la revue de la littérature sur la transition de carrière post-retraite sportive. Finalement, les résultats extraient de la revue structurée sont détaillés et ensuite interprétés dans la discussion. Enfin, pour terminer, le potentiel d'intervention en ergothérapie et des pistes de réflexions portant sur l'engagement de ces professionnels dans le processus sont identifiés.

2. PROLÉMATIQUE

La section suivante fait état du sujet à l'étude en exposant ce qui est problématique dans la transition de carrière chez les athlètes de haut niveau. Le caractère particulier et l'importance du problème sont démontrés grâce à littérature. Les pertinences scientifiques et professionnelles de cet essai sont ensuite exposées. La section est conclue par la présentation de la question de recherche et des objectifs en découlant.

2.1. Athlètes de haut niveau, qui sont-ils?

Les athlètes de haut niveau sont généralement des personnes qui s'investissent de façon importante autant physiquement qu'émotionnellement dans la pratique de leur sport (Lavallee & al., 2013). Ce dernier occupe une place d'importance dans leur quotidien, une activité qui façonne leur horaire occupationnel, leurs routines et leurs habitudes (Bilard & al., 2015). Plus qu'un simple travail, Baillie (2013), Lavallee et collaborateurs (2013) ainsi que Pearson et Petitpas (1990) s'entendent pour affirmer que ces personnes utilisent plutôt le terme carrière majoritairement en raison de l'investissement majeur depuis un âge relativement jeune. Ces éléments provoquent une forte intériorisation du rôle d'athlète (Brewer & Petitpas, 2017 ; Symes, 2010). Ces personnes procèdent à un développement de leurs habiletés et de leurs compétences sportives afin de devenir hyper performantes dans leur discipline. L'engagement envers leur sport pousse souvent les jeunes en développement à consacrer l'ensemble de leur temps dans leur sport et à orienter l'entièreté de leur réalité sur celui-ci (Brewer & Petitpas, 2017 ; Nayar & Stanley, 2015). Ces auteurs parlent d'une identité athlétique se développant graduellement et se consolidant avec le temps et surtout à travers les réalisations sportives. Il est courant que ces personnes se définissent et basent leur identité principalement sur la discipline pratiquée. Cependant, comme toute carrière, la retraite constitue une transition de vie à laquelle ils doivent faire face. Chaque année, un pourcentage variant de cinq à sept pour cent des athlètes de haut niveau à travers le globe prennent leur retraite (Bilard & al., 2005). L'âge moyen de cette retraite est de 34 ans, mais avec une vaste étendue s'illustrant par un processus de transition de carrière s'effectuant au début de la vingtaine ou alors plus vers la quarantaine (Lavallee & North, 2004). Cette retraite est décrite dans la littérature comme étant unique et pouvant provoquer une détresse et des difficultés au niveau de plusieurs dimensions (psychologique, physique, occupationnelle, financière, etc. ; Bilard & al., 2005). Elle possède un caractère unique, entre autres, en raison du jeune âge à la retraite, souvent situé dans la

trentaine, ainsi qu'un changement occupationnel devant s'opérer vers une nouvelle forme d'engagement vocationnel (Pettican & Prior, 2011). Elle est ainsi synonyme de redéfinition de l'identité par une dissociation du rôle d'athlète qui est très valorisé par l'environnement social. En effet, les athlètes doivent alors adopter un statut moins glorieux et faire face à de nombreux changements incluant la conception de soi, mais également de nombreux changements au sein de son environnement et de la structure de son temps (Lavallee, et al., 2006; Symes, 2010).

Par leurs études, Orlick et Sinclair (1993) ainsi que Pearson et Petitpas (1990) concluent que les athlètes perçoivent des lacunes en lien avec la préparation à la retraite sportive ce qui en fait un processus pénible accompagné souvent d'une importante détresse. Les participants à ces études soulèvent une absence de programmes à visée préventive que ce soit lors du développement ou lors de leur prise de décision de la retraite. Dans son étude, Orlick (1990) établit que 61% des athlètes se décrivent anxieux en lien avec la décision de retraite sportive. Ducharme (2018) expose que ce processus de transition de carrière doit être considéré comme un enjeu de santé alors que deux ans après la retraite sportive 75% des joueurs de la « National Football League » (NFL) et 60% des joueurs de la « National Basketball Association » (NBA) éprouvent des difficultés d'adaptation à leur nouvelle réalité. En d'autres termes, la négociation de la transition afin de maintenir un rôle actif en société s'avère problématique par manque de soutien et d'aide sur le plan occupationnel.

2.2. La retraite sportive, une transition de vie majeure

Un changement de carrière est décrit dans la littérature comme une transition de vie majeure, le passage de la carrière sportive vers une occupation vocationnelle autre est souvent synonyme de difficultés engendrant des conséquences variables sur cette population. Dans une étude, Ungerleider (1997) brosse un portrait des difficultés d'adaptation occupationnelle dans la transition vers la carrière professionnelle post-carrière sportive chez des athlètes olympiques américains retraités provenant de 12 sports différents. Cette étude expose qu'une vaste majorité de cette population expérimente des difficultés d'adaptation occupationnelle catégorisées de mineure à majeure. En effet, seuls 18% des répondants ont affirmé ne pas avoir expérimenté de difficultés. De même, 42% ont exprimé des difficultés mineures, 21% des difficultés sévères et 19% des difficultés majeures (Ungerleider, 1997).

Baillie (1993) cible le caractère inévitable de la retraite sportive, qu'elle soit volontaire ou involontaire, l'athlète y est confronté. De plus, de nombreuses études ciblent et dénoncent le manque de préparation relié à cette transition de vie pouvant devenir des sources de difficultés majeures (Baillie & Dansih, 1992; Bilard, Delignieres, Ninot & Stephan, 2003; Lerch, 1981).

Les témoignages des athlètes retraités sont nombreux, que ce soit dans les médias ou dans le cadre d'études scientifiques. Holmes (2020), une athlète britannique de haut niveau s'est d'ailleurs ouverte à « BBC Sport » sur ses difficultés en lien avec la mise à terme de sa carrière sportive dans l'objectif de se réinvestir dans une nouvelle carrière.

The biggest thing I felt was a loss of identity and purpose. Suddenly the structure, the people you call on, it all goes. But with no idea of what you want to do and who you want to be and that's a really lonely place and I got quite depressed around some time. (p. 1)

Taylor (2020) dans BBC (2020) mentionne que la sensation de perte, particulièrement en lien avec l'identité, est fréquente chez les athlètes lors de la transition de carrière. Il ajoute que ce phénomène est observable, entre autres, par le fait qu'ils ont consacré quasiment l'entièreté de leur vie à développer des capacités extrêmement pointues et orientées sur leur sport dans le but d'atteindre des niveaux de performances inégalées.

L'« American Occupational Therapy Association » (AOTA) cible ainsi un besoin sociétal d'amélioration des interventions actuellement en place qui se traduit par des impacts positifs non satisfaisant pour la population à l'étude. La qualité de vie est ainsi altérée.

Il ressort de la littérature que les difficultés à se trouver une nouvelle raison d'être s'accompagnant de nouveaux objectifs, entraînent des problématiques majeures mettant à l'épreuve la qualité de vie et le bien-être des athlètes. Le bien-être subjectif est altéré notamment par la forte sensation de perte qui peut se retrouver autant sur le plan personnel (estime de soi, perception de contrôle, identité, capacité et compétence, structuration du temps, etc.) que sur le plan environnemental (perte des installations physiques de haute performance, perte de l'équipe de spécialistes, perte du réseau social associé au sport pratiqué, etc.) que social (perte de la reconnaissance publique associée au rôle, perte du statut « d'élite » de la société, etc.).

La littérature semble corrélée dans un sens où la préparation à la retraite, en d'autres termes, la planification du processus de transition de carrière, est un facteur de protection et permet aux

athlètes de se détacher plus rapidement de leur identité athlétique par le début d'une exploration de nouveaux rôles (Lavallee, et al., 2013). Cependant, il est noté que plusieurs athlètes sont réticents à s'investir dans un tel processus par crainte d'une baisse des performances sportives (BBC, 2020). Ces répercussions négatives sont associées à une altération de l'investissement mental et physique dans la pratique de leur sport. Il s'agit en fait d'une confrontation à une étape de vie inévitable, mais qui selon eux ne doit pas être envisagée dans un contexte de performance.

2.3. Difficultés générées par les transitions

La transition de la carrière sportive vers le marché du travail est décrite comme étant un évènement de vie majeur provoquant des changements importants du point de vue de la conception de soi, mais également de la conception du monde. L'athlète retraité se retrouve face à une situation où il doit adapter son comportement afin de faire face aux nouvelles exigences liées à son nouveau rôle de travailleur et de sa routine quotidienne. Ebaugh (1988) cible ce passage de vie comme étant un point critique dans la vie des athlètes de haut niveau. De même, Abrego et Brammer (1981) ajoutent que l'ensemble de leur vie est remanié alors qu'ils doivent s'adapter sur le plan personnel, mais que les changements surviennent également dans leur environnement. Bilard, Delignieres, Ninot et Stephan (2003) décrivent pour leur part les difficultés d'adaptation potentielles à un remaniement de leur conception du monde pouvant provoquer une baisse de l'estime de soi. Il s'en va ainsi qu'une baisse du bien-être subjectif des athlètes peut être observée.

Grove, Lavallee, Gordon et Harvey (1998) expliquent également que ce remaniement de la conception personnelle et de l'environnement est basé et reconstruit en prenant appui sur la capacité à s'investir dans une nouvelle activité. Une difficulté majeure identifiée par ces chercheurs est le passage du statut d'élite, à celui de simple citoyen. La perte du statut glorieux aurait ainsi un impact non négligeable sur l'identité et la capacité réelle à la remodeler. En effet, la reconnaissance publique reçue pendant la carrière sportive est identifiée par Grove, Lavallee, Gordon et Harvey (1998) comme renforçant l'identité athlétique.

2.4. Pertinence scientifique et professionnelle

Marterella et Smoot (2017) ciblent dans l'article « The Occupational Transition of Athletic Retirement : An Emerging Practice for the Occupational Therapy Profession » publié dans « The American Journal of Occupational Therapy » la pertinence de pousser les recherches scientifiques

spécifiquement dans le domaine de l'ergothérapie et/ou de la science occupationnelle dans l'espoir de mieux soutenir la transition de carrière post-carrière sportive. En effet, pour cet organisme, ce passage obligatoire est considéré comme une transition de vie majeure. Actuellement, la littérature disponible rattachée à la profession appuie l'intérêt et la place de l'ergothérapie dans les interventions des diverses transitions de vie. L'AOTA appuie ces pratiques alors qu'elles ont un impact sur l'identité d'une personne qui se répercute sur son bien-être et sa qualité de vie (AOTA, 2017). En accord avec le « Occupational Therapy Practice Framework : Domain and Process », seuls les ergothérapeutes mettent à profit et centralisent leurs approches sur les occupations pour promouvoir la santé, le bien-être et la participation active en société.

L'AOTA cible aussi un besoin social d'importance qui pourrait être abordé par le champ d'expertise de l'ergothérapie. En effet, l'association identifie la transition occupationnelle des athlètes retraités comme une pratique émergente en ergothérapie. Pettican et Prio (2011) appuient aussi le potentiel d'intervenir en ergothérapie auprès de cette population alors qu'ils ciblent cette transition comme une transition à connotation occupationnelle s'illustrant par un potentiel de développement et d'engagement dans la société.

La retraite sportive chez les athlètes de haut niveau est définie dans la littérature comme une transition de vie majeure caractérisée par des changements touchant autant à la personne qu'à son environnement ainsi qu'à ses occupations. Les ergothérapeutes sont devenus avec le temps des professionnels possédant une expertise relative à ces passages de vie prévus ou imprévus causant un déséquilibre qui se rétablit lorsqu'une adaptation à la nouvelle situation est nécessaire. En effet, la vision holistique de l'être humain, qui est promue à travers les évaluations et les interventions en ergothérapie, fait de ces professionnels des intervenants clés pour l'aborder. De plus, Andersson et Jonsson (1999), ciblent que la retraite est un processus de transition orientée sur l'occupation alors que la notion de balance occupationnelle est considérée comme critique à l'adaptation occupationnelle. Ces auteurs ciblent le travail comme étant central pour combler les besoins humains et comparent la retraite à la création d'un déséquilibre occupationnel pouvant entraîner un vide occupationnel. L'utilisation d'une approche fonctionnelle orientée sur l'occupation utilisée par les ergothérapeutes place ces professionnels en bonne posture pour supporter les personnes en processus de transition (Pettican & Prior, 2011). L'approfondissement des connaissances relatives à cette transition atypique permet de déterminer le rôle que l'ergothérapeute peut avoir dans le

maintien d'une qualité de vie et d'un bien-être par une adaptation occupationnelle positive à la nouvelle réalité de l'athlète retraité.

Cette recherche est pertinente alors que le système actuel ne permet pas de répondre adéquatement aux difficultés vécues lors de la transition occupationnelle des athlètes. Il existe actuellement un grand nombre de programmes visant spécifiquement cette transition, mais la littérature démontre que les difficultés d'adaptation sont encore nombreuses. Pettican et Prior (2011) exposent que les délais d'adaptation sont longs et que les difficultés ont des répercussions majeures sur la qualité de vie et le bien-être des personnes.

3. OBJECTIF ET QUESTION DE RECHERCHE

Malgré l'intérêt grandissant pour le passage à la retraite chez les athlètes de haut niveau, aucune synthèse récente de la littérature n'est disponible sur l'identité athlétique et son impact sur la transition occupationnelle menant à une seconde carrière. L'AOTA soulève l'intérêt d'intervenir en ergothérapie auprès de cette clientèle. L'objectif de ce projet est ainsi de comprendre comment la transition occupationnelle chez les athlètes de haut niveau est influencée par l'identité athlétique pour en dégager le potentiel d'intervention en ergothérapie auprès de cette clientèle. En tant que professionnels prônant les pratiques préventives, les ergothérapeutes pourraient-ils avoir un rôle d'importance en prévention primaire?

4. CADRE CONCEPTUEL

Dans le cadre de ce projet, de nombreux concepts incluant les athlètes de haut niveau, la retraite sportive, la transition de vie, l'identité occupationnelle et l'adaptation occupationnelle entrent en interrelation dans la problématique complexe et multifactorielle décrite. Pour bien saisir les nuances de ces derniers, il importe de les définir de manière à mieux les circonscrire à travers les connaissances actuelles. De nombreux modèles et théories tels le « Modèle de l'occupation humaine » (MOH) de Kielhofner (1980) ont été utilisés pour en arriver à de telles conceptions et ceux-ci seront exposés dans cette section.

4.1. Athlète de haut niveau

Un des concepts d'importance dans cet essai réside dans la définition de la population faisant l'objet de la question de recherche. Chaque nation adopte ses propres normes pour déterminer les critères nécessaires pour être considérés comme un athlète de haut niveau. Ce faisant, il importe ici de circonscrire la population étudiée.

Le concept d'athlète de haut niveau comprend ainsi deux regroupements, soient les « athlètes olympiques » et les « athlètes professionnels ». De façon générale, le titre d'« athlète olympique » est semblable dans l'ensemble du monde et réfère à des athlètes ayant un niveau de performance leur permettant de prendre part aux Jeux olympiques. Les « athlètes professionnels » sont de leur côté habituellement définis comme des personnes reconnues par leur fédération sportive et qui reçoivent un salaire pour s'adonner à leur sport. Au Canada, le Ministère de l'éducation, du loisir et du sport cible deux classes d'athlètes appartenant à l'élite, soient les « athlètes amateurs » ainsi que les « athlètes professionnels ». Le terme « amateur » fait référence aux athlètes identifiés sur les diverses équipes nationales et recevant des brevets d'athlète de la part du gouvernement; dans cette catégorie sont inclus les athlètes olympiques, mais également des athlètes des équipes canadiennes qui participent à des compétitions de niveau international. Les athlètes professionnels pour leur part, soit employés et payés par des organisations sportives telles les équipes faisant partie du circuit de la Ligne nationale de hockey ou encore les athlètes travaillant à titre personnel comme c'est souvent le cas dans les sports individuels (Marier & Pilote, 2019).

Des particularités au niveau de certaines nations telles que les États-Unis d'Amérique (USA) et le Canada anglais sont aussi constatées. Effectivement, les « étudiants-athlètes universitaires » caractérisent ceux dont le niveau est jugé extrêmement élevé et qui correspondent

à ceux en attente d'une embauche par une équipe professionnelle ou encore à la veille d'une participation olympique.

4.2. La retraite sportive, une phase de transition chez l'athlète de haut niveau

Le terme retraite est défini dans la littérature comme étant la mise à terme de la carrière principale qu'une personne occupe depuis un certain temps (Pettican & Prior, 2011). La retraite sportive est un concept faisant preuve de définition ayant évolué dans le temps. Encore aujourd'hui, certains auteurs ne s'entendent pas sur un modèle unique pour la définir. Initialement, les premiers écrits scientifiques se sont appuyés sur des modèles appartenant aux champs de la gérontologie ainsi que de la thanatologie pour comprendre l'arrêt de la carrière sportive. Ces deux modèles ont été grandement critiqués dans la littérature (Baillie & Danish, 1992; Gordon, 1995; Reynolds, 1981; Taylor & Ogilvie, 1994). Les critiques majeures réfèrent au caractère négatif et traumatique associé à la retraite sportive (Blinde & Greendorfer, 1985). Blinde et Greendorfer, 1985 reprochent à ces modèles de simplifier cette retraite en omettant le caractère spécifique et complexe relatif au contexte sportif (Baillie & Danish, 1992; Brewer, 1994; Crook & Robertson, 1991; Swain, 1991; Taylor & Ogilvie, 1994). La distinction majeure réside dans l'âge du retrait qui se fait généralement tôt, soit autour de 30 ans (Gearing, 1999; Sinclair & Orlick, 1993). Ces modèles induisent la croyance soutenant que la personne se retrouve souvent face à une perte de rôle se traduisant par une absence d'utilité sociale. Les modèles thanatologiques spécifient même une « mort symbolique ». Les critiques soulèvent que ces anciens athlètes demeurent pourtant actifs dans la société. La retraite sportive est ainsi une reconnaissance et une possibilité de s'engager dans un processus de redirection occupationnelle. Selon ces modèles, les anciens athlètes sont confrontés à une impossibilité de se développer par l'intermédiaire d'autres rôles. Les critiques ont apporté une perspective autre catégorisant la retraite sportive comme un processus de transition permettant l'ouverture sur de nouvelles possibilités et sur une occasion de développement. Werthner et Orlick (1986) parlent de « phase transitionnelle vers un nouvel état ». Coakley (1983) abonde aussi dans ce sens en parlant d'un processus de transition amenant l'athlète retraité à modifier l'occupation à laquelle il participe (Bilard, Ninot & Stéphan, 2005).

Polatajko, Backman et collaborateurs (2013) ainsi que Jonson et Josephsson (2005) affirment qu'une perte de sens à la vie caractérisée par une perte identitaire peut survenir lors de la

perturbation de patrons occupationnels provoquant un désengagement ou un manque d'engagement dans une occupation signifiante. Selon ces auteurs ainsi que Wilcock (2005), l'engagement dans des occupations signifiantes est indispensable au bien-être et à la santé.

4.3. Transition de vie

La transition à la suite de la carrière sportive est ainsi adressée par Danish, Petitpas et Hale (1993) comme un processus circonscrit dans le temps, dont le commencement est caractérisé par la mise à terme de la carrière sportive et qui prend fin lorsque l'athlète retraité est adapté à sa nouvelle situation socioprofessionnelle.

Selon Dacyshyn et Kerr (2000), la transition de carrière pour les athlètes de haut niveau est constituée de deux phases majeures dont la période initiale nommée « Nowhere Land ». Cette période est caractérisée par un sentiment de vide et par une perte de repères. La deuxième phase correspond à une adaptation occupationnelle qui entraîne une réorientation du soi. Les auteurs ciblent la redéfinition de soi qui s'actualise dans le processus par l'intermédiaire de transformations identitaires. L'identification au rôle d'athlète est redéfinie à partir de nouveaux rôles survenant à la suite de l'engagement dans de nouvelles occupations. D'un point de vue occupationnel, la personne est appelée à modifier ses patrons occupationnels qui sont fortement influencés par la culture et les stéréotypes sociaux associés. La personne définit sa perception personnelle grâce aux nouveaux patrons occupationnels reflétant les rôles entrepris. Ces rôles pouvant aussi bien provenir du répertoire occupationnel déjà développé où être une occupation s'ajoutant à celles qu'elle possède à ce moment pendant son parcours de vie (Townsend & Polatajko, 2013). La perspective de retraite sportive comme une transition de vie a donné naissance à des modèles visant à fournir une théorie expliquant l'adaptation positive versus la survenue de difficultés lors de la transition. Taylor et Ogilvie (1994) présentent le « Conceptual model of adaptation to career transition » qui illustre les facteurs principaux entrant en interaction lors du processus ainsi que les conséquences potentielles (Lavalle, Ogilvie & Taylor, 2006). Ce modèle débute au moment décrit comme l'initiation du processus de transition et s'attarde à certains facteurs agissant à titre de protection et/ou de risque influençant le type d'adaptation. Le deuxième niveau se caractérise par les facteurs liés à l'adaptation à la transition de carrière et se rattache à la dimension personnelle. Les ressources disponibles, que ce soit sur le plan personnel tel l'utilisation de stratégies d'adaptation ou encore

au niveau de l'environnement tel les programmes de soutien et l'entourage, sont associées à ce niveau. L'interaction dynamique de cet élément influence la qualité de la transition de carrière telle qu'expérimentée par l'athlète retraité. Le niveau suivant indique que le processus n'est pas systématiquement une période de crise caractérisée par des difficultés. La nature de la réponse est propre à chaque personne selon les facteurs personnels et environnementaux qui agissent à titre de protection ou de risque. La transition peut ainsi être caractérisée de saine et/ou de positive si l'athlète retraité mise sur ses forces et les ressources disponibles pour s'adapter. Cependant, le modèle indique que ce processus peut aussi être source de détresse, et ce sur plusieurs dimensions dont, entre autres, des problématiques occupationnelles. Le dernier niveau est caractérisé par les types d'interventions générales appropriées pour aider l'athlète retraité à s'adapter à la transition de vie vécue. L'annexe A présente une représentation graphique du modèle de Taylor et Ogilvie (1994).

Selon une perspective ergothérapique, la transition occupationnelle est perçue comme le moment où une personne doit revoir sa participation occupationnelle. Il s'agit d'un passage d'une occupation vers une autre. Ces transitions peuvent être catégorisées selon deux classes, soient les transitions occupationnelles autodéterminées ainsi que celles se produisant comme réponse à un facteur externe (Polatajko & al., 2013).

4.4. Identité

Le concept de l'identité est en fait construit et modulé par les rôles qu'une personne réalise (McLean & Shye, 2015). Il s'en va ainsi que l'identité athlétique se définit par l'identification de l'athlète envers son sport (Brewer & Petitpas, 2017). La littérature expose deux composantes à l'identité d'une personne, soit une première qui peut être caractérisée de singulière ou encore de cognitive et une seconde qui est dite sociale. Dans ce contexte, l'identité personnelle réfère à la perception qu'une personne a d'elle-même. Elle est dissociée de l'opinion publique et est constituée, entre autres, des dimensions émotionnelles et spirituelles de l'être humain (croyances, émotions, attitudes, sensations, etc.). L'identité sociale est étroitement liée à la perception de la personne à partir du regard des autres. L'ensemble des actions singulières est dicté par ces deux volets de l'identité en tentant de reproduire des comportements corrélés avec la façon dont la personne se perçoit en lien avec ce qu'elle désire que les autres perçoivent (McLean & Shye, 2015).

Kroger (2007), Schwartz (2001) ainsi que Skorikov et Vondracek (2007) affirment que l'identité occupationnelle ressort comme étant centrale à la formation de l'identité. L'identité occupationnelle est ainsi catégorisée comme étant critique aux choix occupationnels, mais également à la structure générale de vie des êtres humains (Skorikov & Vondracek, 2011). L'Association canadienne des ergothérapeutes (ACE) (2014) appuie ce postulat en s'appuyant sur un principe de base du « Modèle de l'occupation humaine » comme quoi les personnes se définissent en grande partie sur leurs actions (Kielhofner, 2004). L'ACE (2014) affirme que les personnes se définissent et forgent leur identité en se basant sur leurs occupations. L'ensemble de ces perspectives propre à l'ergothérapie se base sur le fait que l'être humain est conceptualisé comme étant un être occupationnel qui s'engage dans des occupations signifiantes afin de donner un sens à sa vie (Polatajko & al., 2013; Yerxa, 1998). Dans le cadre de ce projet, l'identité réfère à l'identité athlétique qui se développe chez un sportif de haut niveau. Dans le vocabulaire ergothérapique, il est ainsi question de l'identité occupationnelle qui se réfère à la conscience de soi à titre de sportif.

L'ouvrage de McLean et Shye (2015) expose que le développement de l'identité s'effectue tout au long de la vie d'une personne, mais que l'adolescence représente une période critique. Les auteurs décrivent le phénomène d'identité exclusive (« Identity foreclosure ») qui se caractérise comme un engagement important pouvant être caractérisé de surinvestissement dans une occupation spécifique entravant l'exploration d'alternatives. Dans le monde athlétique, la période correspondant à la fin de l'adolescence est critique alors qu'il s'agit d'une période où les jeunes possédant des capacités prometteuses commencent à s'engager de façon plus sérieuse dans leur sport. Il en découle souvent une cessation de l'exploration des alternatives professionnelles qui pourraient s'offrir à eux dans le futur (Brewer & Petitpas, 2017). Selon une perspective ergothérapique, le développement de l'identité occupationnelle est étroitement lié au développement occupationnel caractérisé comme un processus propre à l'être humain visant l'acquisition d'un répertoire occupationnel ainsi que la création de patrons occupationnels (Townsend & Polatajko, 2013). L'identité unidimensionnelle décrite par Brewer et Petitpas (2007) est étroitement associée au concept de déséquilibre occupationnel (Townsend & Polatajko, 2013).

Plusieurs études recensées par Symes (2010) indiquent que la puissance de l'identité athlétique est variable et que l'intensité de celle-ci peut être bénéfique sur les performances

sportives, mais en contrepartie, qu'elles peuvent nuire à la personne dans d'autres circonstances du quotidien, particulièrement pour la transition de carrière.

La figure 1 met en évidence les concepts de McLean et Shye (2015) relatifs aux dimensions de l'identité occupationnelle. Elle se compose de l'interaction de l'identité personnelle prend appui sur entre autres les dimensions émotionnelles et spirituelles qui sont sous l'influence de l'environnement. L'identité sociale est principalement liée aux attentes externes et l'identité personnelle vise entre autres à satisfaire les exigences sociétales. Ces mêmes auteurs ciblent un parcours de développement de l'identité occupationnelle. Une période critique est identifiée au cours de l'enfance et de l'adolescence concernant l'exploration et la diversification de l'identité occupationnelle. Le jeune adulte développe des habitudes et des routines prenant appui sur les rôles qui sont majoritairement modulés par les occupations (McLean & Shye, 2015); Skorikov & Vondracek, 2011). La transition de vie provoque un chamboulement de l'identité par une modification des occupations et donc des rôles (Gibson & al., 2015). Une crise identitaire peut être expérimentée et sera résolue lorsque la personne effectuera une transformation identitaire relative à l'engagement dans de nouveaux rôles (Kielhofner, 2004; Townsend & Polatajko, 2013). Chez les athlètes de haut niveau présentant une forte identité athlétique à caractère unidimensionnelle cette crise identitaire peut perdurer en raison de la difficulté à transformer l'identité et à s'engager dans un nouveau rôle significatif (Brewer & Petitpas, 2017 ; Symes, 2010).

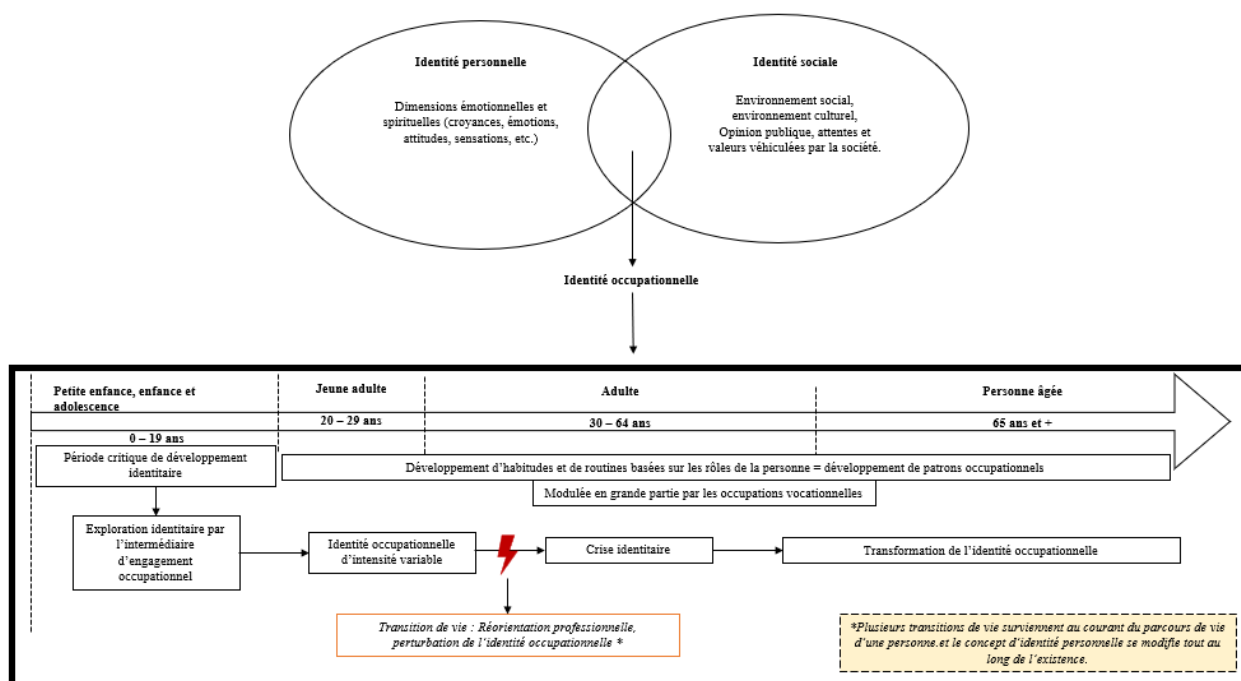


Figure 1. La construction et la transformation de l'identité occupationnelle.

4.5. L'adaptation occupationnelle

Kielhofner (1980) caractérise l'adaptation comme étant une acquisition de compétences. De nombreuses conceptions peuvent être repérées dans la littérature, mais il ressort que la capacité d'adaptation à une nouvelle occupation soit non seulement reliée aux facteurs intrinsèques d'une personne, mais également aux facteurs contextuels et aux facteurs externes pouvant avoir des impacts sur l'engagement dans une nouvelle occupation (Boisselle & al., 2018). Kielhofner (2008) cible le rôle de l'environnement en interaction avec l'identité et les compétences d'un être humain pour expliquer le processus d'adaptation. Il décrit ainsi que ce processus d'adaptation occupationnel va de pair avec un réajustement identitaire de la personne ainsi que de ses compétences. Autrement dit, la fragilisation de l'identité par une transition de vie menace la possibilité d'adaptation occupationnelle. La perte identitaire survenant avec la perte occupationnelle ébranle les routines et les habitudes des personnes forçant la création de nouveaux automatismes. Ce modèle permet une compréhension de l'adaptation d'une personne qui subit un changement de vie majeur s'aventurant vers l'inconnu (Kielhofner, 2004). Le « Modèle de l'occupation humaine » (MOH) de Kielhofner (1980) illustre bien ces interactions alors qu'il

caractérise le concept d'adaptation occupationnelle comme étant la « construction d'une identité occupationnelle positive et l'atteinte d'une compétence occupationnelle, avec le temps, dans le contexte de son propre environnement » (p. 7) (Kielhofner, 2004). Deux principes soutiennent ainsi ce modèle, soit que l'occupation est indissociable du contexte et que les humains se définissent par ce qu'ils accomplissent dans leur quotidien (Polatajko et al., 2013). En d'autres termes, les personnes se définissent par ce qu'ils accomplissent au quotidien.

Nayar et Stanley (2015) décrivent ce concept comme étant une façon de répondre à des changements de vie tels que des transitions. Ce processus se produit lors de la survenance de moments critiques dans la vie d'une personne et se manifeste par un rétablissement d'une balance occupationnelle ou par un réinvestissement dans de nouveaux rôles perceptibles par l'engagement occupationnel dans de nouvelles activités (Boisselle & al., 2018).

4.6. Le Modèle de l'occupation humaine (MOH) de Kielhofner (2004)

Le MOH est un modèle propre au domaine de l'ergothérapie qui s'attarde à la notion de changement. Il prend appui sur le concept de nature occupationnelle de l'être humain et est pertinent pour comprendre ce que toute personne confrontée à un problème d'ordre occupationnel peut éprouver. Il est largement reconnu dans le monde et est utilisé par d'autres professionnels comme les psychologues (de las Heras de Pablo, 2011). Selon ce modèle, ces problèmes sont multifactoriels et résultent d'une interaction dynamique entre l'être et l'environnement. L'adaptation occupationnelle (Annexe B) est illustrée comme étant une interaction dynamique entre l'être, qui est conceptualisé selon trois éléments, la volition, l'habitation et la capacité de rendement, ainsi que son environnement permettant ou brimant la possibilité d'agir. Le tout se traduit par une conceptualisation multifactorielle des problèmes de nature occupationnelle.

4.6.1. L'être

Le MOH conceptualise la personne en trois composantes regroupant la volition, l'habitation et la capacité de rendement. La volition se traduit par la motivation à se mettre en action dans son environnement. Elle est dictée par un besoin de faire des choix occupationnels et est constituée des déterminants personnels, des valeurs et des intérêts de la personne. Les déterminants personnels se définissent par la notion de perception d'efficacité et de contrôle dans l'exécution des activités. Les valeurs regroupent ce qui est important et significatif pour une personne alors que les intérêts sont

représentés par ce qu'elle juge satisfaisant et agréable. La volition est construite à partir de la perception de ses aptitudes à réaliser une occupation, du degré d'importance et de la satisfaction relié à celle-ci. L'habitation permet à la personne d'organiser les actions de son quotidien sous forme d'automatismes. Il s'agit d'une création de routine visant à diminuer l'énergie requise dans l'accomplissement des occupations. Cette composante comprend les habitudes qui se développent en situation familière. Il s'agit d'une production de réponse automatique provenant d'une utilisation de comportements répétitifs. Elle comprend aussi les rôles qui s'actualisent dans des contextes sociaux en se traduisant par l'adoption de comportements visant à satisfaire les attentes extérieures. Les rôles dotent les personnes d'un statut social, mais également singulier. Finalement, la capacité de rendement est décrite dans le MOH comme « la possibilité d'atteindre ses buts en fonction des moyens dont la personne dispose » (p. 4). Elle est formée par une composante objective (capacités physiques et mentales) et subjective. La composante subjective est décrite par Kielhofner (2004) comme le « corps vécu ». Ce concept réfère à la sensation procurée à la personne dans l'accomplissement d'une occupation et influence le rendement.

4.6.2. L'agir

Dans le MOH, l'occupation se décline selon trois niveaux, soient la participation, le rendement et les habiletés. La participation occupationnelle réfère à l'engagement d'une personne dans une occupation qui est non seulement désirée, mais également nécessaire à son bien-être. Le rendement fait référence à la réalisation des sous-composantes nommées formes occupationnelles nécessaires à l'accomplissement de l'occupation. Finalement, les habiletés sont décrites comme les actions qui doivent être effectuées dans le but d'accomplir les diverses formes occupationnelles. Le MOH décrit les actions comme étant la résultante de l'interaction continuelle et dynamique s'opérant entre la personne (« l'être ») et les diverses composantes de son environnement. Cette interrelation explique l'engagement dans les occupations qui influence le devenir de la personne par l'atteinte d'une actualisation positive de son identité au travers de ses patrons occupationnels (compétence occupationnelle).

4.6.3. L'environnement

L'environnement est perçu dans le MOH comme un facteur influençant la personne et ses engagements occupationnels en œuvrant à titre d'opportunités et de ressources ou plutôt comme

des demandes et des contraintes. Le contexte occupationnel est utilisé afin de décrire l'environnement physique et social dans lequel se réalisent les occupations. Kielhofner (2004) fait usage du terme « incidence environnementale » afin de décrire les répercussions uniques pour chaque personne.

4.6.4. Le devenir

La résultante du modèle se caractérise par le concept d'adaptation occupationnelle qui survient lorsque l'interaction dynamique entre l'être, l'agir et l'environnement permet à la personne d'actualiser son identité occupationnelle dans ses patrons occupationnels (compétence occupationnelle). L'identité occupationnelle se construit et prend appui sur les expériences passées. Elle fait référence à la connaissance de soi ainsi que la construction d'un système de valeurs qui reflète les intérêts, la perception de la capacité de rendement et la satisfaction ressentie lors de la réalisation d'une occupation. Cette composante du modèle permet à la personne d'obtenir une orientation pour son futur en indiquant ce qu'il désire être. L'identité occupationnelle se répercute dans les actions et permet aux personnes de se définir en tant qu'être unique. L'atteinte d'une adaptation positive se traduit ainsi par l'obtention d'une satisfaction générale par la perception d'une vie intéressante (Kielhofner, 2004).

Le « Value, Meaning and Occupations Model » (ValMO) de Persson, Erlandsson, Eklund et Iwarsson (2001) appuie les fondements du MOH par une emphase sur le caractère indissociable de l'environnement en interaction dynamique avec la personne pour déterminer la participation dans une occupation. Ces auteurs ajoutent la notion de signifiante étant considérée comme un des facteurs principaux à la construction d'un bien-être subjectif et à la santé. Ils proposent que la signifiante soit cruciale à l'engagement occupationnel, mais qu'elle en soit aussi le résultat. En d'autres termes, une personne s'engage dans une occupation en raison de la signifiante qu'elle y accorde. Cette signifiante se nourrit de la valeur donnée à l'occupation par la personne qui est à son tour fortement influencée par l'environnement, plus spécifiquement l'ensemble des facteurs culturels (Polatajko & al., 2013).

La figure 2 a été élaborée dans le but de résumer l'interinfluence des concepts abordés dans cette section. Le développement occupationnel de l'athlète de haut niveau est inévitablement lié à un contexte occupationnel qui joue un rôle critique particulièrement lors de l'adolescence ou le

jeune athlète développe des patrons occupationnels, qui s'orientent pour cette population sur la pratique sportive (Kielhofner, 2008; Persson & al., 2001). Le jeune développe une hyperspécialisation de ses habiletés sportives entraînant souvent un débalancement occupationnel (McLean & Shye, 2015; Nayar & Stanley, 2015). À la suite d'une carrière sportive d'une durée moyenne de six ans, le jeune adulte fait face à une retraite non conventionnelle qui exigera une transformation de ses rôles, ses intérêts ainsi que de ses patrons occupationnels. Le processus de transition de carrière étant idiosyncrasique est d'une durée variable et prend fin lorsque la personne s'adapte sur la dimension occupationnelle (Gibson & al., 2015; Kielhofner, 2004; Townsend & Polatajko, 2013). Cependant, l'adaptation peut être décrite positivement par un engagement dans une occupation vocationnelle signifiante ou plutôt négativement par l'engagement dans une occupation qui ne correspond pas aux valeurs et aux intérêts de la personne. La transformation identitaire incomplète, soit une identité athlétique encore trop puissante est liée à cette trajectoire adaptative (Kielhofner, 2004; Polatajko & al., 2013). Le délai de temps entre la retraite sportive et la retraite conventionnelle est nettement plus grand que celui de la carrière sportive. Cette deuxième retraite est aussi synonyme de transformation identitaire par une nouvelle modification des rôles et des occupations (Boisselle & al., 2018).

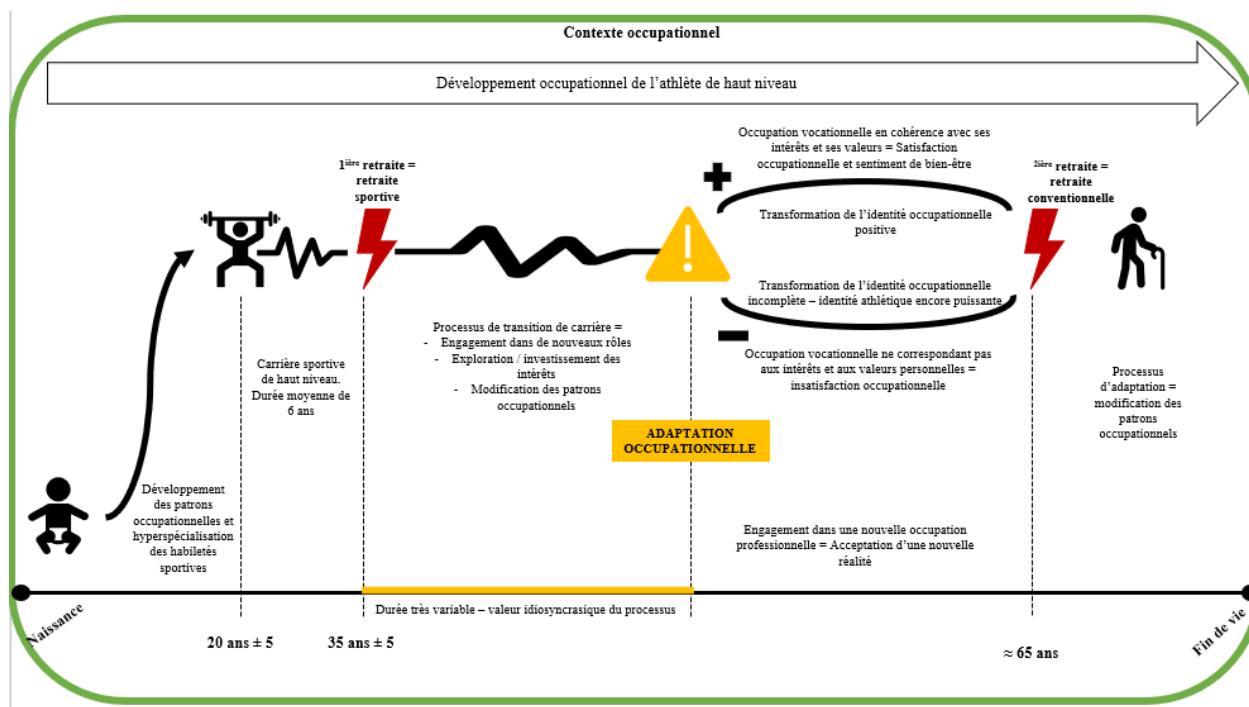


Figure 2. Développement occupationnel de l'athlète de haut niveau.

4.7. Prévention

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) (2015) identifie les pratiques préventives comme des actions visant à prévenir l'apparition de problèmes de santé et inclut notamment la lutte contre les facteurs de risque. L'OMS émet une définition du concept de santé qui dépasse l'absence de maladie et qui inclut un état général de bien-être qui comprend les dimensions physiques, mentales et sociales (Gouvernement du Canada, 2008).

L'ACE (2015) en cohérence avec les notions de prévention émissent par l'OMS cible trois niveaux de prévention (primaire, secondaire et tertiaire). La prévention primaire vise principalement les mesures visant à contrer les facteurs de risques et est ciblée comme une action en amont des problèmes relatifs à la santé. Appliquées aux athlètes de haut niveau, des actions préventives de types primaires concernent les programmes d'éducation et d'aide visant à prévenir la survenue de détresse lors de la transition de carrières. Ce type d'action doit être initié dès l'entrée dans le monde du sport et se poursuivre durant toute la carrière sportive (Pearson & Petitpas, 1990).

Elles ont pour objectif de prévenir la probabilité de survenue de détresse lors de la transition de carrière par anticipation des difficultés potentielles (ACE, 2015).

Les préventions de type secondaire et tertiaire sont plutôt décrites comme des mesures visant à freiner l'évolution de problématiques relatives à la santé. En effet, la prévention tertiaire est une forme de réponse à la survenue de difficultés visant à « réparer » et éviter qu'une situation ne se dégrade. Elle est identifiée comme pratique préventive dans l'optique où les actions servent à contrer les chances de rechutes (ACE, 2015 ; OMS, 2015). L'OMS (2015) cible d'ailleurs le dépistage et le traitement précoce comme des actions clés dans ces pratiques préventives. À titre d'exemple, Orlick et Sinclair (1993) ciblent tous les programmes disponibles au moment de la retraite sportive visant à faciliter la transition de carrière comme appartenant à ces types de prévention. Il s'agit ainsi de fournir les services essentiels à l'adaptation à la nouvelle réalité des athlètes de haut niveau ainsi qu'aux difficultés vécues (ACE, 2015).

Selon l'« Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux » (2004), l'utilisation efficace de pratiques cliniques préventives utilisant une approche populationnelle permet d'agir en amont des problématiques de santé et évite d'agir en réaction à la maladie. Il s'agit de pratiques proactives limitant la survenue de difficultés.

La section suivante abordera la méthode utilisée pour la sélection des articles et le traitement des données permettant de répondre aux questions suivantes : (1) comment la transition occupationnelle chez les athlètes de haut niveau est influencée par l'identité athlétique? et (2) quel est le potentiel d'intervention en ergothérapie.

5. MÉTHODE

Cet essai a comme objectif de mieux comprendre comment la transition occupationnelle de la carrière sportive vers une nouvelle occupation professionnelle est affectée par l'identité athlétique chez les athlètes de haut niveau. Le but de l'approfondissement des connaissances consiste à mieux situer le rôle de l'ergothérapeute dans les interventions avec cette clientèle afin de favoriser une adaptation occupationnelle positive à la transition de vie vécue, soit par le maintien de la qualité de vie ainsi que par le bien-être subjectif. Pour ce faire, une revue systématique de la littérature a été effectuée. Cette revue inclut toutes les études produites entre les années 1980 à décembre 2019. L'intervalle temporel a été défini en se basant sur le fait que les recherches portant sur la transition de carrière (hors du sport) des athlètes élités ont débuté dans les années 1960, mais que la quantité et qualité des dites recherches ont augmenté considérablement à partir du début des années 1980 (Alfermann, Côté, Stambulova & Statler, 2009). Dans les trois dernières décennies, l'intérêt n'a cessé de croître et il est même possible de parler de deux courants, soit d'une part, l'exploration des facteurs influençant l'adaptation à la transition et d'autre part, d'une investigation des types de retraites (forcée, désirée, abandon, blessure, problème de santé, planifiée, non planifiée, etc.). De ces recherches sont nés des modèles, dont celui de Taylor et Ogilvie (1994) qui a été abordé dans la section « cadre conceptuel ». Ce présent projet s'intéresse principalement aux concepts d'identité athlétique qui est une forme d'identité occupationnelle portant des caractéristiques bien spécifiques ainsi que l'adaptation à cette transition de carrière qui représente une adaptation occupationnelle à une nouvelle pratique professionnelle. La revue systématique a débuté par une recherche sur les bases de données *CINAHL*, *PsycINFO* et *SPORTDiscus* en utilisant les opérateurs booléens et les troncatures comme stratégies de recherche.

5.1. Justification du choix des bases de données

Le choix des bases de ces trois bases de données visait à obtenir une couverture complète de la problématique à l'étude. *CINAHL* a été utilisé afin de cibler des articles plus spécifiques au domaine de l'ergothérapie par l'inclusion de nombreux journaux scientifiques propre à ce dernier. La probabilité d'y retrouver des articles orientés sur la transition et majoritairement sur l'adaptation à la nouvelle occupation était plus élevée (EBSCO, 2020b). *PsycINFO* a été sélectionné sur la base de la mise à disposition de nombreux écrits portant sur le domaine psychosocial et comportemental des personnes (EBSCO, 2020a). Enfin, *SPORTDiscus* s'est avéré un choix judicieux pour trouver

des articles spécifiques à la population cible, soit les athlètes de haut niveau, tout en préservant une notion de santé occupationnelle. En effet, celle-ci regroupe plusieurs journaux portant sur la médecine sportive ainsi que sur des domaines connexes (EBSCO, 2020c).

5.2. Équations de recherche

Initialement, l'équation suivante a été utilisée pour l'ensemble des bases de données :

« Sport Retirement » OR « Transition out of Sport » OR « Career change » OR « Career Transition » AND « Athletic Identity » OR « Sport Identity » OR « Identity » AND « Adaptation » OR « Adjustment » OR « Coping »*

En raison de la génération d'un grand nombre de résultats dont plusieurs ne correspondaient pas à la thématique de recherche, une exploration des thesaurus de chaque base a été faite. Il a ainsi été déterminé que les termes de recherche n'ont pas la même signification pour chacune d'entre elles. Ceci peut être illustré par le terme « adaptation » qui réfère dans les bases CINAHL et *SPORTDiscus* à l'adaptation d'une personne face à un changement, alors que pour la base *PsycINFO*, ce même terme réfère à une adaptation biologique ou physiologique. Le thesaurus de cette base identifie plutôt des termes comme « *adjustment* » et « *coping* » pour référer à l'adaptation psychosociale et/ou vocationnelle. Les tableaux suivants exposent les équations de recherche utilisées pour chaque base de données. Ces derniers permettent de constater la variation des termes utilisés pour le repérage des données.

Tableau 1. Équation de recherche pour la base de données CINAHL

<i>« Sport Retirement » OR « Transition out of Sport » OR « Transition » OR « Retirement »</i>
AND
<i>« Athletic Identity » OR « Sport Identity » OR « Vocational Identity » OR « Professional Identity »</i>
AND
<i>« Adaptation » OR « Adjustment » OR « Coping »</i>

Tableau 2. Équation de recherche pour la base de données PsycINFO

<i>« Sport Retirement » OR « Transition out of Sport » OR « Career Development »</i>
AND
<i>« Athletic Identity » OR « Sport Identity » OR « Professional Identity »</i>
AND
<i>« Adjustment » OR « Coping »</i>

Tableau 3. *Équation de recherche pour la base de données SPORTDiscus*

« <i>Retirement from Sport</i> » OR « <i>Career Transition</i> »
AND
« <i>Athletic Identity</i> » OR « <i>Identity</i> » OR « <i>Sport Identity</i> »
AND
« <i>Adaptation</i> » OR « <i>Adjustment</i> » OR « <i>Coping</i> »

5.3. Critères d'inclusion et d'exclusion

Les équations de recherche pour les trois bases de données ont généré 121 résultats au total et trois articles ont été ciblés à partir des listes de références. Une sélection préliminaire a été effectuée par la lecture des titres et des résumés. À la suite de cette étape, 21 articles ont été ciblés. La deuxième étape a été l'évaluation de ceux-ci en fonction des critères d'inclusion et d'exclusion prédéterminés. Les critères d'inclusion étaient d'avoir comme thématique étudiée la transition de vie correspondant à la terminaison de la carrière sportive, avoir comme échantillon des athlètes de haut niveau incluant des athlètes olympiques, professionnels, et des athlètes universitaires américains ainsi que posséder une date de publication située entre 1980 et décembre 2019. Les articles n'étaient pas considérés si l'échantillon étudié était des athlètes de haut niveau dans des sports adaptés, si l'étude ne portait pas sur une transition hors du sport comme des retraites non définitives et si l'étude portait sur des athlètes de niveau scolaire (études secondaires ou collégiales).

5.4. Processus de sélection des articles

À partir des articles ciblés, une évaluation de la qualité des articles a été effectuée en prenant appui sur la grille d'évaluation d'un article scientifique conçue par Dumont (2011) (Annexe C). En raison d'un nombre d'articles déjà restreint et de l'utilisation prédominante d'un devis plus faible au point de vue du niveau d'évidence scientifique, les articles ont d'abord été sélectionnés sur la base des critères d'inclusion et sur leur pertinence en regard à la question. Le niveau d'évidence scientifique ainsi que le grade de recommandations basées sur la grille proposée par la Haute autorité de santé (2013) ont permis de déterminer la puissance des conclusions de chaque article inclus (Annexe D). Une lecture approfondie de chacun d'entre eux a été réalisée afin de cibler les

articles démontrant une pertinence pour répondre à la question de recherche. De ceux-ci, les articles démontrant la meilleure pertinence ainsi qu'un niveau d'évidence scientifique satisfaisant ont été retenus pour procéder à l'extraction des données. La figure 3 schématise les étapes ayant mené à la sélection des articles. Des 124 articles ayant émergé de la recherche sur les bases de données sélectionnées, seuls 13 ont été retenus. Le processus était caractérisé par trois étapes qui visaient la vérification de la pertinence, le respect des critères d'inclusion et d'exclusion ainsi que la qualité scientifique.

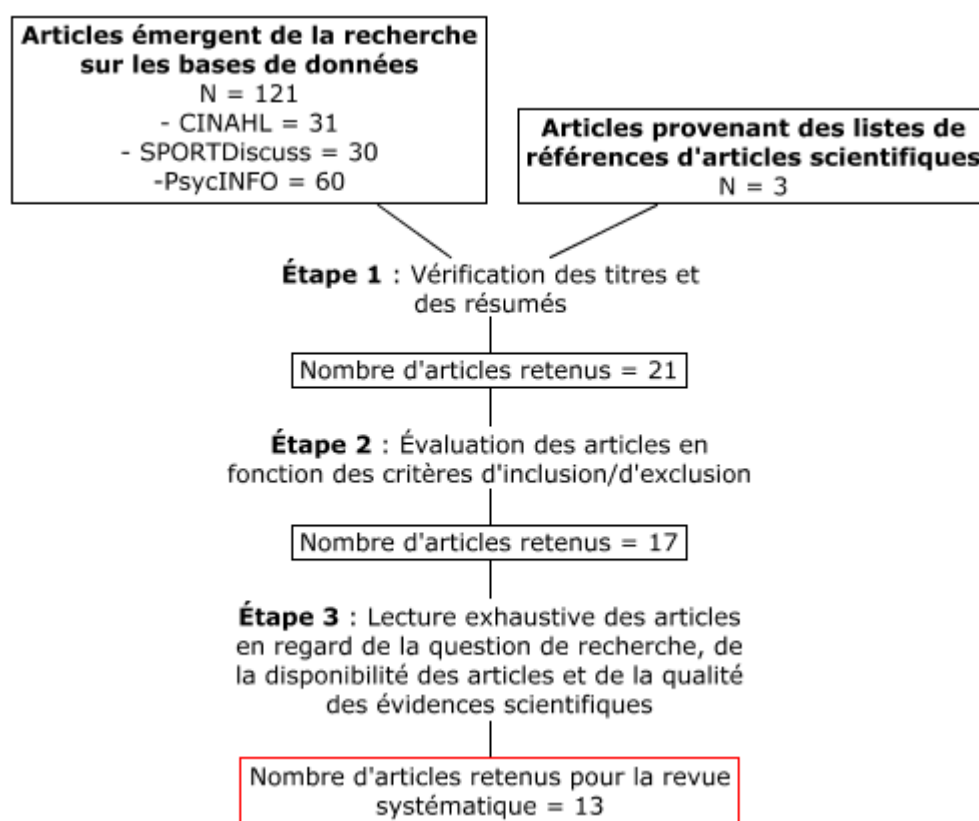


Figure 3. Étapes du processus de traitement des données.

5.5. Processus de traitement des données

Les articles retenus ont ensuite été décortiqués dans leurs composantes en se basant sur une adaptation de la grille d'extraction des données pertinentes produite par la CNFS (n.d). Cette étape a permis de dégager le sens des textes. La mise en commun a ensuite permis d'organiser les données

sous forme de thèmes et de produire une analyse de l'organisation globale de la retraite sportive en tant que transition de vie chez les athlètes de haut niveau et d'en dégager les conséquences.

6. RÉSULTATS

La section suivante fait état des résultats de la revue de la littérature et se décline en diverses sections. Des constats généraux, les devis et les approches des études sont d'abord présentés et suivis par les caractéristiques des échantillons, les trajectoires adaptatives à la transition de carrière, l'association entre la puissance de l'identité athlétique. Enfin, sont décrites l'adaptation occupationnelle ainsi que les deux facettes de l'identité (personnelle et sociale).

6.1. Constats généraux

Un total de 17 articles constitue l'échantillon pour ce projet. De ces données, quatre articles ont été retirés de la sélection finale en raison d'un manque d'informations relatif à diverses étapes de la recherche (caractéristiques de l'échantillon, méthodologie de recherche, résultats et/ou interprétation des données) ou d'un faible niveau de pertinence pour répondre à la question de recherche.

6.2. Devis et approches

Le tableau 4 présente les devis, les approches, les cotes de recommandation, les niveaux d'évidences scientifiques ainsi que les forces et les limites des évidences pour chaque article inclus dans la revue. Une approche qualitative a été utilisée dans huit des études, soit pour 61.5% des études afin d'explorer les répercussions de l'identité athlétique sur la transition de carrière des athlètes de haut niveau. L'utilisation d'un devis phénoménologique prédomine alors que les chercheurs de huit études en ont fait l'usage. Les deux autres devis les plus utilisés sont les études comparatives descriptives (n=3) et corrélationnelles descriptives (n=2). Neuf des études ont été réalisées selon une approche rétrospective du phénomène étudié (69.2%) alors que quatre ont été réalisées selon une approche longitudinale incluant des prises de mesures autant selon une vision prospective que rétrospective (30.8%).

L'utilisation prédominante de l'approche rétrospective s'explique par le caractère difficilement prédictif du phénomène étudié. En effet, les études utilisant une approche longitudinale concernent majoritairement des athlètes universitaires, dont la mise à terme de la carrière sportive concorde avec la fin du parcours scolaire.

6.3. Caractéristiques de l'échantillon

Le tableau 5 présente de façon détaillée les caractéristiques des échantillons des études incluses dans cette revue. Le nombre total de participants inclus dans cette revue (13 études) est de 817 avec une étendue d'échantillon variant entre 6 et 401. Huit études incluent 15 participants et moins, une étude concerne entre 15 et 50 participants, deux études entre 50 et 100 participants et enfin deux études comptent 100 participants ou plus. Onze études ont inclus les deux genres alors qu'une est composée d'un échantillon masculin et une autre, d'un échantillon exclusivement féminin. Une majorité d'études (n=7) utilise un échantillon d'origine européenne (Danemark, Espagne, France, Pologne, Royaume-Uni et Suède). Deux études ont inclus des participants provenant d'Amérique (Canada), trois d'Océanie (Australie) et une dernière d'Asie (Corée du Sud). Dans les études incluses, quatre se sont concentrés sur les athlètes d'un sport individuel en particulier (tennis (n=2), gymnastique et danse (n=2)), alors que les neuf autres incluaient une grande variété de sport autant individuel que d'équipe. L'athlétisme, l'aviron, le hockey, la natation et le volleyball sont les sports les plus fréquemment représentés dans les études. Deux études ont ciblé des athlètes universitaires, trois portent sur des athlètes professionnels et huit concernent les athlètes olympiques ou internationaux.

Tableau 4. *Caractéristiques des études, niveau d'évidence et qualité des évidences scientifiques*

Sources	Devis	Approche	Niveau de preuve scientifique*	Cotes de recommandation*	Forces**	Limites**
Albion, Fogarty & Martin, 2014	Comparative quasi-experimentale longitudinale	Quantitative	2	B Présomption scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Les méthodes de collecte de données sont bien décrites et appropriées au sujet de l'étude. - Les forces et les limites de l'étude sont démontrées et discutées. - Les biais sont pris en compte. 	<ul style="list-style-type: none"> - Hypothèses difficilement repérables dans l'article - Échantillon de petite taille nuisant à la généralisation des conclusions - Absence de messages clés témoignant des principales conséquences de l'article.
Azocar, Pallarés, Ramis, Selva & Torregrosa, 2015	Phénoménologique herméneutique longitudinale	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Le résumé présente de façon synthèse l'ensemble des sections de l'étude. - Choix approprié de la méthode collecte de données et explication complète du processus d'analyse. - Utilisation efficace de tableau pour l'illustration des résultats. 	<ul style="list-style-type: none"> - La procédure (deux entrevues) est plus ou moins appropriée pour une étude longitudinale (une troisième mesure aurait amélioré la qualité de l'étude). - Transférabilité des résultats limitée en raison d'un échantillon très homogène.
Boyle, Kuettel & Schmid, 2017	Comparative exploratoire transversale rétrospective	Quantitative	2	B Présomption scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Recension des écrits pertinente et approfondie permettant de cibler les enjeux relatifs à la question étudiée. - La comparaison des résultats est facilement accessible par l'utilisation efficace de tableaux. - Les résultats sont interprétés et mis en relation avec les études existantes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Différences de tailles considérables entre les groupes comparés. - Absence de conclusion et de messages clés.
Brown, Cotgreave, Robinson & Webb, 2018	Phénoménologique interprétative rétrospective	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Les objectifs (principal et secondaire) sont clairement définis. - Le devis utilisé est approprié au problème de recherche. - Les caractéristiques des participants de l'étude sont précisées. 	- Absence d'énoncé clair des critères d'inclusion.
Giannone, Haney, Kealy &	Corrélationnelle descriptive longitudinale	Quantitative	4	C Faible niveau de	<ul style="list-style-type: none"> - Les méthodes de cueillette des données sont cohérentes avec le but 	<ul style="list-style-type: none"> - Recension des écrits limités ne faisant pas l'état des aspects controversés de la recherche.

Ogrodniczuk, 2017				preuve scientifique	de l'étude et font l'objet d'une description complète. - Utilisation efficace des tableaux afin de rapporter les résultats. - Seuil de signification défini.	- Les variables ne sont pas clairement définies. - L'interprétation des résultats est courte et les liens avec d'autres articles scientifiques sont peu abordés.
Gordon, Grove & Lavalée, 1997(a)	Phénoménologique interprétative rétrospective	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	- La recension des écrits fait état des controverses actuelles dans la littérature portant sur le sujet. - Les forces et les limites de l'étude sont discutées.	- Les résultats bruts sont difficilement accessibles en raison d'une faible utilisation de tableaux synthèses. - Des liens plus exhaustifs faisant l'objet d'explications plus étoffées auraient enrichi la section discussion.
Gordon, Grove & Lavalée, 1997(b)	Corrélationnelle descriptive rétrospective	Quantitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	- Le résumé est complet et permet d'apprécier chaque partie de l'étude. - L'argumentaire appuyant la pertinence de l'étude est efficace. - Les méthodes de collecte de données ainsi que la procédure sont bien décrites et sont appropriées à la problématique de recherche.	- Absence de mots clés. - La population étudiée est vaguement définie. - La taille de l'échantillon est de petite taille pour une approche quantitative limitant la généralisation des conclusions.
Jäphag, Stambulova & Stephan, 2007	Descriptive comparative rétrospective	Quantitative	2	B Présomption scientifique	- Les objectifs et les hypothèses de recherche sont clairement définis et bien formulés. - L'interprétation des résultats est complète et des liens pertinents sont établis avec d'autres études. - Les biais sont identifiés et pris en compte dans l'interprétation des résultats.	- Échantillon relativement petit pour une étude quantitative. - L'importance clinique des résultats est peu abordée. - Les chercheurs n'abordent pas des recommandations ou des suggestions en regard à de futures recherches.
Lally, 2007	Phénoménologique herméneutique prospective longitudinale	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	- La recension des écrits est complète et permet de circonscrire la problématique. - Les instruments de mesure sont appropriés aux variables et leurs propriétés métrologiques sont discutées. - La procédure utilisée fait l'objet d'une description complète et est appropriée au sujet de l'étude.	- Les résultats auraient pu être plus facilement accessibles par l'utilisation de tableaux. - L'implication clinique des résultats est peu abordée. - Les biais sont plus ou moins abordés et ne sont pas systématiquement pris en considération dans l'analyse des résultats.

Lavallee, Park & Tod, 2012	Phénoménologique herméneutique rétrospective	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Utilisation de techniques telles que la triangulation afin d'augmenter la crédibilité des résultats. - Utilisation efficace de tableaux illustrant les résultats. - Interprétation des résultats complète et nombreux liens avec des études antérieures. 	- Transférabilité des conclusions limitée en raison de la petite taille de l'échantillon.
Lavallee & Warriner, 2008	Phénoménologique interprétative rétrospective	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Procédure d'analyse expliquée et appropriée au type de résultats obtenus. - Prise de mesures visant à augmenter la fiabilité et la crédibilité des résultats. - Utilisation efficace de tableau de résultats. 	<ul style="list-style-type: none"> - Source de financement non spécifiée. - Approbation éthique non mentionnée.
Lavallee & Willard, 2016	Phénoménologique herméneutique rétrospective	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Titre donnant un aperçu exact de la nature de la recherche. - Présentation efficace des résultats par l'utilisation d'un tableau et de verbatim. - Interprétation exhaustive de résultats en regard aux études existantes. 	<ul style="list-style-type: none"> - Absence de mots clés. - Source de financement non spécifiée. - Approbation éthique non mentionnée.
Stier, 2007	Phénoménologique interprétative rétrospective	Qualitative	4	C Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Les caractéristiques de l'échantillon ne font pas l'objet d'une description exhaustive. - Inclusion de verbatim dans la section résultats. - Les implications pratiques et cliniques sont ciblées et expliquées. 	<ul style="list-style-type: none"> - Absence de tableaux de résultats. - Source de financement non spécifiée. - Approbation éthique non mentionnée.

*Les niveaux d'évidence scientifique et les cotes de recommandation prennent appui sur la grille proposée par la Haute autorité de santé (2013).

**Évaluation basée sur la grille d'évaluation d'un article scientifique (Dumont, 2011).

Tableau 5. *Caractéristiques des échantillons des études*

Sources	Taille de l'échantillon (T = taux de participation)	Nationalité	Âge moyen au moment de l'étude (années) \pm écart-type (E = Étendue)	Genre (F = femmes H = hommes)	Sports pratiqués	Niveau de compétition	Âge moyen de la terminaison de carrière (années) \pm écart-type (E = Étendue)	Moyennes d'années écoulées depuis la terminaison de la carrière sportive (années) \pm écart-type (E = Étendue)	Âge moyen de l'initiation au sport (années) \pm écart-type (E = Étendue)
Albion, Fogarty & Martin, 2014	62	Australien	21.61 \pm 5.10 E = 14-36	F = 45 H = 17	23 sports : natation (9), athlétisme (9), aviron (7), netball (5), hockey (4), cricket (3), softball (3), volleyball (3), water-polo (3)	Niveau international	-	2.1 E = 1-3	-
Azocar, Pallarés, Ramis, Selva & Torregrosa, 2015	15	Espagnol	E = 25-40	F = 5 H = 10	Sports individuels (8) et sports d'équipe (7)	Athlète olympique	-	E = 2-10	-
Boyle, Kuettel & Schmid, 2017	401 T = 64%	Suédois (n=231) Danois (n=86) Polonais (n=84)	-	Suède : F = 72 H = 159 Danemark : F = 29 H = 57 Pologne : F = 31	Suède : 34 sports représentés (10% ski) Danemark : 25 sports représentés (13% aviron)	Athlète olympique	Suède : 30.55 \pm 6.30 Danemark : 30.38 \pm 5.40 Pologne : 32.69 \pm 5.85	Suède : 3.07 \pm 2.24 Danemark : 2.76 \pm 2.09 Pologne : 3.74 \pm 3.04	-

				H = 53	Pologne : 25 sports représentés (19% handball)				
Brown, Cotgreave, Robinson & Webb, 2018	8	Britannique	36.75 ± 6.18 E = 29-46	F = 4 H = 4	Sports individuels (7) et sport d'équipe (1)	Niveau international	-	6.75 ± 3.99 E = 2-12	-
Giannone, Haney, Kealy & Ogrodniczuk, 2017	72	Canadien	22.1 ± 1.6	F = 54 H = 18	Basketball, soccer, volleyball, hockey, softball, natation, rugby, cross- country, aviron, lutte, athlétisme	Athlète universitaire	-	3 mois	9.5 ± 5.1
Gordon, Grove & Lavalée, 1997(a)	15 T = 83%	Australien	-	F = 11 H = 4	Cyclisme, gymnastique, hockey, aviron, natation, athlétisme, volleyball	Niveau international	22.6 ± 4.73	3.05 ± 2.68	9.4 ± 2.99
Gordon, Grove & Lavalée, 1997(b)	48 T = 94%	Australien	-	F = 28 H = 20	Basketball, cyclisme, plongeon, gymnastique, hockey, netball, aviron, tir, squash, natation, athlétisme, volleyball, water-polo	Niveau international	25.21 ± 6.39	3.44 ± 2.10	9.42 ± 2.47
Jäphag, Stambulova	157	Français (69) Suédois (88)	-	France F = 23	Canoë- kayak,	Niveau international	Français = 29.72	-	Français = 15.36

& Stephan, 2007	T France = 69% T Suisse = 67%			H = 46 Suisse F = 31 H = 57	athlétisme, nage synchronisée, aviron, escrime, haltérophilie, plongeon, handball, judo, lutte, boxe, tennis de table, tir, ski, football, hockey, handball		Suédois = 31.35		Suisses = 15.18
Lally, 2007	6	Canadien	E = 23-24	F = 3 H = 3	Basketball, volleyball, natation, athlétisme	Athlète universitaire	-	E = 0-1	Enfance
Lavallee, Park & Tod, 2012	12	Coréen	31.25 ± 3.49	F = 5 H = 7	Tennis	Professionnel	-	-	-
Lavalle & Warriner, 2008	7	Britannique	23.9 ± 3.13 E = 20-28	F	Gymnastique	Niveau international (Jeux olympiques, championnats du monde, championnats européens et Jeux du Commonwealth)	18 ± 0.82	E = 3-10	6 ± 1.63
Lavallee & Willard, 2016	6	Britannique	36.2 ± 3.3 E = 32-39	F = 4 H = 2	Danse (ballet)	Professionnel	31.2 ± 4.4 E = 24-36	5.0 ± 2.4 E = 3-8	Enfance
Stier, 2007	8	Suédois	-	H	Tennis	Professionnel (top 100 mondial)	-	-	-

6.4. Trajectoires adaptatives à la transition de vie

Les articles recensés dans le cadre de cette revue ont un objectif général commun qui se caractérise par l'approfondissement de la connaissance de la problématique complexe que représente la transition de carrière pour les athlètes de haut niveau en processus de retraite sportive. Les treize articles sélectionnés font état d'une étape de vie caractérisée majoritairement par des difficultés et des périodes de détresse. Cependant chacune d'entre elles relève tout de même des cas, quoique moins fréquents, décrivant un processus positif face à la transition de carrière. Abordé sous divers angles, un facteur étant identifié comme clé dans la trajectoire positive ou plus problématique de la transition se révèle être la puissance de l'identité athlétique. Cette composante est ainsi abordée dans toute sa complexité dans les divers articles en abordant les domaines la composant et contribuant à moduler son intensité. Il en ressort ainsi un constat général guidant vers deux orientations possibles face à ce processus menant à une adaptation dite positive se traduisant, entre autres, par une satisfaction générale ainsi qu'une sensation de bien-être où encore une adaptation ponctuée de difficultés et de défis menant à de la détresse et souvent des difficultés d'engagement dans la vie post-carrière sportive. L'étude de Lally (2007) fait cependant état de résultats légèrement différents alors qu'une vaste majorité de participants (6/7) décrivent une adaptation occupationnelle positive. L'auteur explique ce constat, entre autres, par le fait qu'il s'agit d'un échantillon d'athlètes universitaires. Malgré une identité athlétique puissante, l'investissement dans d'autres rôles a permis face à une crainte de confusion identitaire de s'engager davantage dans d'autres rôles et de réorganiser leur hiérarchie identitaire avant la prise de la retraite. Elle mentionne également le caractère plus facilement prédictif de la retraite du réseau sportif universitaire permettant l'utilisation de stratégies adaptatives actives (exploration d'autres rôles et intérêts, etc.) avant la prise de la retraite. L'étude de Azocar et collaborateurs (2015) indique des résultats convergents avec ceux de Lally (2007) alors que les athlètes ayant adopté des trajectoires occupationnelles convergentes ou parallèles ont été mieux outillés pour planifier leur retraite et pour réorganiser la hiérarchie identitaire facilitant l'engagement dans une occupation vocationnelle autre.

6.5. Association entre la puissance de l'identité athlétique et l'adaptation à la transition de carrière

Les conclusions des articles orientent les connaissances actuelles vers une transition se caractérisant par un processus complexe composé d'une interaction multifactorielle. La revue systématique révèle cependant une prédominance de l'impact de l'identité athlétique sur la trajectoire adaptative. Ce concept se présente dans une forme complexe composée de plusieurs dimensions. Les résultats des articles indiquent que la puissance de l'identité athlétique est modulée par une composante d'identité personnelle et d'identité sociale. L'identité personnelle chez le sujet se construit en grande partie selon la conception de la réalité de l'athlète. Cependant, l'identité sociale construite et nourrie par plusieurs dimensions positionne l'athlète à titre d'acteur dont les actions sont modulées afin de parvenir à satisfaire ses aspirations construites et modulées par les regards externes (Albion & al., 2014; Azocar & al., 2015; Boyle & al., 2017; Brown & al., 2018; Giannone & al., 2017; Gordon & al., 1997a; Gordon & al., 1997b; Jäphag & al., 2007; Lally, 2007; Lavalée & al., 2012; Lavalée & Warriner, 2008; Lavalée & Willard, 2016; Stier, 2007).

6.5.1. Facteurs liés à l'identité personnelle

6.5.1.1. Disposition au changement

L'ensemble des articles de cette revue de la littérature identifient le caractère volontaire de la retraite sportive comme un modulateur principal de la disposition au changement de carrière. Les athlètes sont mieux préparés et font preuve d'une motivation intrinsèque à s'investir dans un processus de redéfinition identitaire menant à une adaptation positive à la transition de carrière (Albion & al., 2014; Azocar & al., 2015; Boyle & al., 2017; Brown & al., 2018; Giannone & al., 2017; Gordon & al., 1997a; Gordon & al., 1997b; Jäphag & al., 2007; Lally, 2007; Lavalée & al., 2012; Lavalée & Warriner, 2008; Lavalée & Willard, 2016; Stier, 2007).

Albion et collaborateurs (2014), Azocar et collaborateurs (2015), Lavalée et Warriner (2008), Lavalée et collaborateurs (2012) ainsi que Lally (2007) démontrent qu'une bonne disposition au changement est associée positivement à la capacité de projection. Ces études démontrent qu'une anticipation du processus de transition engendre une propension à user de stratégies adaptatives visant l'exploration de soi dans une optique de réduction de l'intensité de l'identité athlétique. La capacité à se projeter dans l'avenir amène les athlètes en processus de transition à entreprendre des démarches de planification préretraite. Cette préparation permet aux

athlètes retraités d'entreprendre une nouvelle carrière professionnelle avec des objectifs les orientant. L'importance d'avoir une orientation pour ce type de transition est soutenue par les travaux de Lavalée et Williard (2016) ainsi que ceux de Brown et collaborateurs (2018) qui l'identifient comme un facteur de protection à une possible crise identitaire. Elle permet ainsi d'engendrer des sentiments positifs et optimistes face au changement de carrière. Gordon et collaborateurs (1997a) exposent tout de même que la disposition au changement peut se bâtir après la prise de la retraite par une bonne capacité d'introspection et de récit de vie. Ces composantes permettent d'établir une relation saine avec l'identité athlétique ce qui permet la diminution graduelle de la puissance de l'identité athlétique disposant ainsi l'athlète retraité à s'investir dans de nouveaux rôles.

Albion et collaborateurs (2014) ainsi que Lally (2007) exposent que le fait d'envisager la retraite permet d'entreprendre le processus de transition avec une identité athlétique ayant déjà débuté à décliner en intensité. L'anticipation de la retraite sportive est identifiée comme un facteur de protection identitaire par l'entreprise d'un processus de mise en œuvre de stratégies adaptatives visant à prévenir une perturbation identitaire. Gordon et collaborateurs (2008) ainsi que Giannone et collaborateurs (2008) appuient ces conclusions en démontrant qu'un score élevé au « Athletic Identity Measurement Scale » (AIMS) lors de la prise de la retraite se traduisant par une identité athlétique puissante est associé positivement à la survenue de détresse psychologique. Elle se manifeste par des symptômes d'anxiété face à l'exploration de carrière et surtout face à une situation nouvelle les privant du sentiment de sécurité associé à la pratique sportive. L'indisposition au changement de ces athlètes se traduit par une utilisation de stratégies adaptatives dites négatives telles que le déni et le désengagement. Ces auteurs exposent que ces stratégies sont communes en début de processus de transition pour prévenir une crise identitaire, mais nuisent à une utilisation de stratégies proactives reflétant une motivation à s'investir dans le processus de changement.

Lavalée et collaborateurs (2012) démontrent que le processus de prise de décision suit les grandes étapes du modèle transthéorique du changement de Prochaska et DiClemente (1984). Il s'agirait d'un processus complexe et non linéaire pendant lequel l'athlète encore actif augmenterait sa disposition au changement par une amélioration de la compréhension de la pertinence de planification préretraite ainsi qu'un engagement plus important dans des activités externes au sport (précontemplation, contemplation, préparation, ambiguïté, action).

Azocar et collaborateurs (2015) ainsi que Lally (2007) établissent que le maintien d'une identité multiple par l'engagement dans une activité externe à la carrière sportive augmente la disposition à s'engager dans le processus de transition par l'entremise d'une direction de vie guidée par des objectifs, une confiance en ses capacités ainsi que l'émergence d'émotions positives. Le maintien d'une double carrière permet de réduire l'anxiété face à l'incertitude du monde à l'extérieur de la bulle du monde du sport d'élite.

Jäphag et collaborateurs (2007) ainsi que Boyle et collaborateurs (2017) démontrent que les athlètes faisant preuve d'une disposition moindre au changement lors de la retraite se réorientent professionnellement dans le domaine du sport. L'adaptation à la transition est ainsi plus rapide, mais est aussi associée à une satisfaction générale de vie moindre ainsi que l'émergence d'un conflit identitaire afin de prévenir la perte de leur identité athlétique.

6.5.1.2. Perception de soi

La perception de soi est abordée par Lavallee et Warriner (2008) ainsi que Lavallee et Willard (2016) selon la dimension corporelle. L'importance de l'image corporelle associée au rôle de sportif renforce l'identité athlétique. Les participants mentionnent une association de la part de la société à leur rôle de sportif selon des caractéristiques physiques entraînant une fusion du rôle et de l'identité qui s'illustre comme suit; « tu es mince, tu es une gymnaste ». Les résultats de ces études illustrent que la transition de carrière entraînant une réduction considérable des heures destinées à des activités à haute dépense énergétique provoquant des changements corporels (pertes des caractéristiques physiques associées à la pratique sportive). La confrontation à ces changements identitaires observables provoque une détresse chez les participants et se répercute sur les occupations comme un surinvestissement dans des activités athlétiques au détriment de l'exploration de nouvelles. Ces auteurs abordent l'importance de la dimension physique dans la considération de l'adaptation par un défi supplémentaire dans l'atteinte d'un idéal de soi qui est souvent synonyme avec des défis liés à l'alimentation. Stier (2007) démontre que les joueurs de tennis professionnels constituant son échantillon construisent et entretiennent une estime personnelle presque exclusivement sur leurs accomplissements sportifs. Lavallee et Willard (2016) abondent également dans ce sens. Ces études exposent qu'une estime personnelle construite sur la base du rôle de sportif est synonyme d'une identité athlétique puissante et ne permet pas de supporter les défis d'adaptation à une nouvelle carrière professionnelle. Les athlètes retraités ne se

sentent pas confiants envers leurs compétences de vie pour répondre aux exigences de leur nouvelle réalité.

Gordon et collaborateurs (1997b) ainsi que Lavalée, Park et Tod (2012) démontrent que malgré une identité athlétique puissante et une estime personnelle ayant une base sportive, les athlètes en processus de retraite peuvent utiliser des stratégies adaptatives visant à transformer leur perception personnelle afin d'augmenter leur confiance envers leurs compétences de vie. Il y a ainsi une association entre la diminution de l'identité athlétique, une augmentation de la disposition au changement ainsi que la diversification de l'estime personnelle. Dans le processus de transition, la perception de soi est ainsi amenée à se modifier.

6.5.1.3. Contrôle perçu; l'autonomie décisionnelle

Lavalée et Warriner (2008), Lavalée et Willard (2016) ainsi que Stier (2007) décrivent une perception de manque de contrôle sur plusieurs aspects du quotidien incluant la gestion de l'horaire, de l'alimentation et de l'apparence physique, pendant les années dédiées à la carrière sportive. Les participants décrivent une absence de possibilités décisionnelles qui est prise en charge par les organisations sportives ou encore dans les médias comme décrits par Stier (2007) associé à la culture hautement médiatisée du tennis professionnel. Les résultats de ces études démontrent une association avec l'émergence de difficultés adaptatives au passage d'un rôle de soumission en tant qu'athlète à un rôle d'autorité s'accompagnant d'une indépendance décisionnelle. Le manque de contrôle perçu pendant la carrière sportive et le contrôle externe des organisations sportives et des médias sont des facteurs que les participants aux études identifient comme des facteurs contribuant à l'intensification de leur identité athlétique, entre autres, par le développement d'une identité unidimensionnelle. Les participants de l'étude menée par Lavalée et Willard (2016), expriment une capacité limitée à la prise de décision autonome les laissant face à une absence de direction pour leur choix de carrière post-carrière sportive.

Azocar, et al. (2015) ainsi que Lally (2007) établissent qu'une identité multiple se traduisant par un score brut au AIMS plus faible signifiant concrètement une identité athlétique de plus faible intensité serait associée à une perception de contrôle accru du quotidien. Ces participants ciblent la préservation d'une indépendance par la gestion constante d'une balance de vie, qu'ils décrivent comme la conjugaison de leur carrière sportive, de leur famille et de leur travail ou études, et ce tout en interagissant avec les décisions relatives à la carrière sportive. Il en découle une adaptation

plus rapide et aisée en lien avec l'autonomie et l'indépendance décisionnelle accompagnant une carrière professionnelle. Ils rapportent une perception de contrôle et d'aptitude à prendre en charge les responsabilités professionnelles.

Lavallee et collaborateurs (2012) démontrent que le processus de transition de carrière s'accompagne d'une augmentation graduelle du sentiment de contrôle sur les décisions vocationnelles. Dans les premières phases relatives à la prise de décision de la retraite, les participants décrivent un faible niveau de confiance en lien avec la gestion de la vie post-carrière sportive. Cette ambiguïté face à l'aptitude décisionnelle se traduit par une perception de lacune de compétences requises dans d'autres carrières professionnelles qu'ils ressentent par une difficulté adaptative à leur nouvelle carrière.

Albion et collaborateurs (2014) exposent une association entre le contrôle perçu sur la décision de retraite et l'adaptation comportant des difficultés moindres ou absentes ainsi qu'une satisfaction générale de vie plus élevée. Ils illustrent concrètement ce contrôle par une retraite à caractère entièrement volontaire qui permet à l'individu d'entrer dans le processus de transition de carrière avec une identité athlétique dont la puissance a débuté à décliner préalablement à la transition.

Gordon et collaborateurs (1997a) abondent dans le sens où un contrôle perçu plus élevé sur sa carrière permet une introspection plus efficace et plus naturelle. Ce processus réflexif est associé à un déclin plus rapide de l'identité athlétique favorisant un engagement actif dans une nouvelle profession.

6.5.1.4. Confusion identitaire; fusion rôle-identité et exclusivité identitaire

Lavallee et Warriner (2008), Lavallee et Willard (2016) et Lally (2007) concluent que le développement identitaire lors de l'enfance et de l'adolescence joue un rôle sur la puissance de l'identité athlétique et sur la probabilité de survenance de difficultés d'adaptation. Les participants des études exposent une centralisation sur la pratique sportive dès leur plus jeune âge au détriment d'autres activités comme celles dédiées à l'éducation et celles à caractère social permettant l'exploration identitaire. Les participants aux études de Lavallee et Warriner (2008) ainsi que Lavallee et Willard (2016) exposent que cette restriction d'exploration lors de leur développement a fait en sorte qu'ils se définissent uniquement par leur sport; « je suis une gymnaste » plutôt que

« je suis une jeune femme faisant de la gymnastique ». Ils parlent d'une fusion rôle-identité où l'athlète en développement se forge une identité unidimensionnelle puissante sur la base du sport et des résultats obtenus. Les participants affirment ne pas être en mesure d'identifier leurs intérêts, leurs capacités et de baser leur valeur personnelle sur autre chose que la pratique sportive. Arrivant à la retraite sportive, les participants décrivent une crise identitaire qui survient par la perte de l'unique rôle qui leur offre un sentiment de compétence et de sécurité. Lavalée et Willard (2016) révèlent que les participants sont incapables de se dissocier complètement de cette identité alors qu'ils se définissent comme des danseurs depuis l'enfance. Même après avoir complété leur transition de carrière, les participants de cette étude se définissent comme des danseurs de ballet professionnels occupant désormais une autre profession. L'étude de Lally (2007) ayant été réalisée auprès d'athlètes universitaires démontre que l'évolution dans des programmes sportifs amène les étudiants à se doter du titre de sportif dans les écoles. Le parcours scolaire devient une quête sportive visant l'atteinte des Jeux olympiques ou des rangs professionnels. Ils ne cultivent pas une identité unidimensionnelle, mais l'identité athlétique devient puissante et prédominante. Ils se définissent d'abord et avant tout comme des nageurs, des coureurs, etc. repoussant toute opportunité scolaire et sociale. La diversification des rôles est limitée et l'identité athlétique gagne en puissance.

Albion, et collaborateurs (2014) concluent que l'anticipation d'une potentielle crise identitaire serait un facteur de protection. La crainte d'être confronté à des difficultés identitaires limitant les opportunités post-carrières sportives amène les athlètes en voie de transition de carrière à entreprendre des stratégies adaptatives actives qui sont majoritairement orientées vers une exploration identitaire et un investissement plus marqué dans d'autres rôles ou intérêts. Les participants décrivent une démarche visant à diminuer leur identification au rôle athlétique en intégrant ou en améliorant la position d'autres identités dans la hiérarchie identitaire. Ces participants décrivent une entrée sur le marché du travail plus rapide ayant comme effet de ne pas les confronter à une perte identitaire majeure. L'implication immédiate dans un nouveau rôle agit comme facteur de protection. Lally (2007) obtient des résultats similaires supportant ces conclusions alors que le seul participant n'ayant pas utilisé ces stratégies est le seul ayant rapporté une crise identitaire lors de sa transition hors du sport.

Azocar, et collaborateurs (2015) appuient par leurs conclusions que l'adoption d'une identité multiple favorisant une identité athlétique plus faible (balance identitaire) est associée à une transition de qualité ne provoquant pas de perturbation identitaire. Ils exposent que les athlètes ayant adopté une trajectoire linéaire uniquement orientée sur la pratique sportive ont développé une identité athlétique puissante et unidimensionnelle qui provoque de l'anxiété face à l'inconnu et l'impossibilité d'actualiser leur identité lors de la transition de carrière. Ils sont confrontés à un monde extérieur au sport qui offre une sécurité à l'athlète. Il survient alors une crise identitaire qui est vécue comme une perte de leur identité qui prend appui sur leurs résultats sportifs.

6.5.2. Facteurs liés à l'identité sociale

6.5.2.1. Statut d'élite de la société

La popularité et la valorisation sociale sont identifiées par Stier (2007) comme une composante indissociable du rôle d'athlète de haut niveau. Il identifie cette source de reconnaissance comme un facteur de base de la construction de l'identité athlétique par une attention particulière sur les compétences athlétiques de la personne. L'emphasis sur les performances, les compétitions et les résultats dans les médias transforme le rôle de joueur de tennis en celui d'élite de la société. Ce statut social élevé est associé par les participants de l'étude à un mode de vie « glamour », une entrée d'argent importante ainsi qu'une reconnaissance sociale leur accordant de nombreux passe-droits. Le statut social d'élite est ainsi associé à une diminution de la disposition au changement.

Lavallee et Warriner (2008) concluent également que les participants ont une perception d'être spéciaux dans la société. Ils décrivent une sensation de différence leur permettant d'être valorisés. Tout comme Stier (2007), ceci aurait un impact sur la disposition à s'investir dans le processus de transition par crainte de perdre les avantages sociaux associés à l'identité athlétique. Brown, et collaborateurs (2018) rapportent également la difficulté identifiée par les participants à ne plus recevoir la valorisation associée à leur statut prestigieux. Ils parlent d'une sensation de perte de leader qui selon eux était une façon d'exprimer leur identité athlétique. Ce statut d'élite a été identifié par cette étude comme entravant la possibilité de s'adapter à la transition par une perception de jugement et d'impossibilité de formuler une demande d'aide. Le statut d'élite est ainsi associé par les athlètes à une impossibilité de démontrer des signes de faiblesse. Ils demeurent

ainsi avec de la détresse psychologique bloquant le processus d'exploration de nouveau rôle et de transformation identitaire favorisant un engagement dans une nouvelle profession.

Par la comparaison entre les athlètes des nations françaises et suisses, Jäphag, et collaborateurs (2007) démontrent qu'un changement radical de profession est bénéfique pour maintenir une valorisation sociale facilitant l'adaptation. En effet, le changement radical de profession est associé à une transition plus longue, mais également à une satisfaction générale de vie plus élevée par la préservation de la valorisation sociale de l'athlète retraité pour ses exploits sportifs, mais également l'intériorisation d'un nouveau statut social. Le maintien de la profession dans le domaine sportif comme un poste d'entraîneur permet une adaptation plus rapide à la transition, mais est associé à une satisfaction de vie moindre et un conflit identitaire entre le maintien de l'identité sportive et la formation d'une nouvelle identité professionnelle afin de prévenir une perte de reconnaissance sociale. Boyle, et collaborateurs (2017) établissent des conclusions similaires par la comparaison des athlètes danois, polonais et suisses en établissant que plus un athlète est populaire et valorisé socialement, plus son identité athlétique est puissante ce qui a un impact négatif sur la disposition au changement engendrant une adaptation à la transition de vie plus pénible.

6.5.2.2. Dimension culturelle

La dimension culturelle en lien avec l'identité est abordée sous divers angles dans les articles (Boyle, et al., 2017; Japhag & al., 2007). Ces auteurs considèrent les différences transculturelles entre les nations européennes. Leurs conclusions démontrent que l'aspect culturel est une composante venant interférer directement avec tous les aspects de la transition. Il s'agit du cadre dans lequel évolue l'athlète qui dicte la place que le sport occupe au sein d'une nation. Elle est étroitement reliée à la construction identitaire et à l'évolution de la puissance athlétique comme le niveau de valorisation sociale accordée au statut d'athlète élite. La perception culturelle associée au phénomène de retraite est aussi importante et oriente la vision sociale du rôle d'athlète retraité. Les résultats de Stier (2007) font également allusion à l'importance de considérer la culture des athlètes alors que les participants d'origine coréenne ont mentionné avoir connu une fin prématurée à leur carrière et ainsi une coupure abrupte de leur identité athlétique par une loi de devoir militaire de deux ans pour tous les hommes dans la vingtaine et la trentaine. Les participants décrivent une perte identitaire occasionnée par cette précipitation vers la retraite due à une décision politique.

Lavallee et Warriner (2008) ainsi que Lavallee et Willard (2016) et Stier (2007) ont plutôt exposé les différences culturelles idéologiques de divers sports en étudiant des échantillons propres à certains sports (joueur de tennis, gymnaste et danseur de ballet). Ils exposent le rôle de ces cultures sur la construction de l'identité athlétique et de son intensification. Stier (2007) fait état d'une culture médiatique puissante au sein du tennis professionnel où l'identité de l'athlète devient quasiment la propriété des médias et des commanditaires. La personne se voit entièrement associée à son titre de joueur de tennis et son nom devient indissociable de ce rôle. La culture médiatique favorise une construction de soi médiatique et amène ces athlètes à baser leur estime et leur valeur en tant que personne essentiellement sur leurs performances sportives. Les auteurs exposent une notion d'appropriation identitaire causée par la culture du tennis professionnel provoquant ainsi une intensification de l'identité athlétique. Les résultats des études de Lavallee et Warriner (2008) ainsi que de Lavallee et Willard (2016) exposent que la culture de performance en bas âge ainsi que la culture de l'importance de l'image corporelle associée à la gymnastique et à la danse limiteraient l'exploration identitaire des athlètes dans une période de développement crucial (enfance et adolescence). L'intégration d'écoles spécialisées et orientées sur la pratique sportive amène ces athlètes à percevoir l'éducation et les rôles autres que celui de sportif comme une nuisance. De plus, la culture corporelle provoque un investissement d'heures dans l'entraînement majeur diminuant les opportunités de développement et d'exploration identitaire par la résignation à participer à des activités autres ainsi qu'à des activités sociales avec des personnes externes au monde sportif. Tout ce qui n'est pas directement lié au monde du sport devient instrumental alors que cette période de vie devrait être consacrée à la diversification de l'identité. Les auteurs abordent ainsi une culture favorisant la construction d'une identité athlétique non seulement puissante, mais unidimensionnelle.

6.5.2.3. Support social et processus de redéfinition identitaire

Le soutien social dans le processus de transition de carrière chez les athlètes d'élite est abordé dans plusieurs articles et souvent d'un point de vue de stratégies adaptatives à un travail de réorganisation ou d'exploration identitaire (Azocar & al., 2015; Brown & al., 2018; Lavallee & al., 2012; Gordon & al., 2008; Lally, 2007). De plus, de nombreuses études s'attardent à l'évaluation des répercussions de l'entretien de certains types de relations sur l'intensité de l'identité athlétique (Lavallee & Warriner, 2008; Lavallee & Willard, 2016; Lally, 2007; Stier, 2007). Stier (2007)

expose que les relations entretenues avec le grand public amateur de tennis maintiennent des attentes envers les joueurs reliés à leur précédent rôle. L'auteur parle ainsi d'un rôle résiduel qui entrave la capacité de joueur retraité à se détacher du rôle athlétique et à redéfinir son identité professionnelle.

Le soutien social reçu pendant la carrière sportive est abordé dans plusieurs articles et a un potentiel d'accroissement de la puissance de l'identité athlétique en orientant vers une perte identitaire lors du processus de transition rendant la période d'adaptation difficile ainsi que solitaire (Azocar & al., 2015; Brown & al., 2018; Lavallee & al., 2012; Lavallee & Willard, 2016; Lavallee & Warriner, 2008; Lally, 2007). Les résultats des études démontrent que des relations sociales exclusivement reliées au monde sportif limitent la possibilité de diversification de l'identité sociale et favorisent la formation d'une identité unidimensionnelle athlétique. Lally (2007) ainsi que Lavallee et Willard (2016) exposent que la relocalisation géographique loin des familles entraîne la formation d'un réseau social orienté uniquement sur le monde sportif. Il s'ensuit une altération des relations familiales et, fréquemment, une absence de relation amoureuse qui se matérialise au moment de la retraite par une crise identitaire se traduisant par une perception de ne pas avoir de soutien social dans le cas où la personne ne s'investit plus dans son rôle athlétique.

Azocar et collaborateurs (2015), Gordon et collaborateurs (2008) ainsi que Lavallee et collaborateurs (2015) exposent une association entre la puissance de l'identité athlétique et la recherche de soutien social émotionnel et psychologique. Le tout est expliqué par l'émergence d'un sentiment d'anxiété face à la transition qui n'a souvent pas fait l'objet d'une planification consciencieuse. Ces athlètes ont ainsi une sensation de perte, occasionnée par la mise à terme de l'actualisation du rôle athlétique, à combler. Lavallee et Warriner (2008) ainsi que Lavallee et collaborateurs (2012) soutiennent ces résultats et concluent que les athlètes perçoivent un bon niveau de support social de la part du réseau sportif et que ce soutien est principalement orienté sur l'amélioration de la personne, mais uniquement dans une optique de maximisation des performances athlétiques. La retraite marque ainsi la fin du soutien social créant un vide associé à une perte identitaire. Les athlètes décrivent un sentiment de solitude et d'anxiété face à ce vide entravant l'exploration des possibilités pour leur vie post-carrière sportive.

Brown et collaborateurs (2018) ainsi que Lavallee et Willard (2016) et Lally (2007) démontrent que le soutien social effectué par des athlètes ayant traversé le processus de transition

de carrière est hautement valorisé et pertinent pour les athlètes en transition alors qu'ils perçoivent une relation dépourvue de jugement et empreinte de compréhension mutuelle. Brown et collaborateurs (2018) illustrent également l'implication positive sur la redéfinition de l'identité athlétique de l'adoption du rôle de mentor lorsqu'ils sont avancés dans leur propre processus de transition. Les participants de l'étude ciblent une décentralisation de leur identité égocentrique qu'ils associent au rôle d'athlète vers une identité altruiste accompagnée d'un sentiment de contribution sociétale.

Brown et collaborateurs (2018), Lavalley et Warriner (2008) ainsi que Lally (2007) identifient la création de nouveaux réseaux sociaux hors du sport comme étant un facilitateur à la modification identitaire. Ces réseaux sociaux favoriseraient le détachement du soi antérieur par une valorisation de la personne dans un rôle non lié au domaine sportif. L'athlète en transition de carrière peut ainsi prendre conscience du caractère transférable des habiletés acquises dans le monde du sport et recevoir de la valorisation de la part des collègues de travail ou des collègues d'études.

Brown et collaborateurs (2018) ciblent particulièrement les relations familiales comme étant importantes dans ce processus de transition afin de favoriser la réflexion introspective visant l'identification des valeurs, des intérêts et des rôles potentiels des athlètes en transition de carrière. Ils notent toutefois que pour que ce type de relation soit bénéfique, des relations familiales solides et saines doivent avoir été cultivées pendant l'entièreté des années dédiées à la carrière sportive. Pour leur part, Gordon et collaborateurs (1997b) soutiennent l'importance du réseau social non sportif pour favoriser le processus introspectif menant à l'émergence d'une réorganisation identitaire et favoriser l'investissement dans une nouvelle carrière professionnelle.

6.5.2.4. Environnement institutionnel; programmes gouvernementaux et fédérations sportives

L'étude de Lavalley et collaborateurs (2012) auprès de joueurs de tennis actifs, retraités et reconvertis en entraîneur souligne les lacunes au niveau de la fédération sud-coréenne pour le développement vocationnel de ses membres, entre autres, par une absence de programme de support. En effet, les entraîneurs parlent d'une conscience de l'importance de la planification et de l'obtention d'une vision prospective de la future post-carrière sportive. Cependant, les entraîneurs sont appelés à restreindre toute implication dans des activités non sportives comme des programmes d'éducation pendant la carrière d'athlète afin de ne pas provoquer de distraction

potentiellement dommageable pour les performances sportives. Les joueurs actifs décrivent une identité qui se construit surtout sur les performances sportives. Les athlètes se définissent uniquement à titre de joueurs de tennis professionnels. Les joueurs de tennis retraités affirment que le manque de programmes de support au moment de la retraite, associé à cette construction d'une identité athlétique puissante, occasionne des difficultés d'adaptation majeures. Il est question d'opportunités de carrière limitées par un engagement dans des activités d'éducation brimées par la fédération sportive.

Brown et collaborateurs (2018) ainsi que Lavallee et Willard (2016) exposent des problématiques similaires par la description de création de programmes très complets, mais orientés uniquement sur les athlètes actifs. Visant uniquement les performances par l'amélioration des capacités athlétiques et des équipements sportifs, les fédérations engendrent une construction identitaire prenant appui sur la base des résultats de l'athlète. L'entrée dans des écoles spécialisées mettant une emphase sur la carrière sportive au détriment de l'éducation, créent une vision chez le jeune athlète que l'école est une nuisance à leur développement athlétique.

Albion et collaborateurs (2014) exposent de quelle façon, entreprendre un programme de services individualisés pour les athlètes en développement peut favoriser l'émergence d'une identité multiple par une emphase mise sur la préservation d'une balance de vie (conjugaison sport-travail/éducation). Les participants décrivent le programme comme permettant l'émergence d'un sentiment de contrôle sur leur vie ainsi qu'une autonomie décisionnelle par la fixation d'objectifs sportifs et non sportifs personnels. L'orientation sur l'exploration des valeurs et des intérêts permet de se projeter dans l'avenir. Les participants font état d'une préparation adéquate à la retraite qui peut les prémunir face à des difficultés d'adaptation, et ce, même en cas de retraite précoce (exemple : blessures). Les comparaisons entre les nations réalisées par Boyle et collaborateurs (2017) ainsi que par Jäphag et collaborateurs (2007) démontrent que les programmes gouvernementaux orientés vers une conjugaison de l'éducation et de la pratique sportive permettent une exploration identitaire complète chez les athlètes en développement. Le développement d'une identité multiple et de l'acquisition d'une confiance envers la capacité à s'engager dans une occupation professionnelle autre à la suite de la retraite sportive peut favoriser une adaptation positive à la transition de carrière. L'exploration de soi assistée par des professionnels lors de la transition de carrière est aussi identifiée comme étant bénéfique sur la diminution de l'identité

athlétique et la participation à de nouveaux rôles. Les programmes d'aide financière sont appréciés par les athlètes en processus de retraite, car ils peuvent ainsi s'investir dans des programmes de formation tout en recevant une entrée monétaire pour leur permettre de vivre adéquatement. Cependant, un programme financier est identifié comme non suffisant pour produire une adaptation de qualité. Les athlètes décrivent une absence de support dans la redéfinition de soi et une absence de direction. Les nations offrant des programmes uniquement orientés sur une compensation financière au moment de la retraite sportive, comme la Pologne, laisse percevoir une association à des pratiques professionnelles se rattachant au sport (Boyle & al., 2017).

6.6. Synthèse des résultats

La figure 4 schématise l'interaction existante entre les facteurs qui ressortent des résultats. Le processus de transition de carrière chez les athlètes de haut niveau est décrit comme un processus complexe et multifactoriel s'inscrivant dans un contexte occupationnel. Les résultats démontrent que l'identité athlétique repose sur une conception de soi et du degré d'identification à son rôle d'athlète en interaction avec l'environnement. Cette interaction intervient dans l'intensification de la puissance de l'identité athlétique qui se répercute sur la retraite sportive. Une identité athlétique puissante bâtie à partir d'un engagement athlétique majeur au détriment des autres occupations ainsi qu'une reconnaissance sociale place l'athlète face à une crise identitaire souvent décrite comme une confusion de l'identité occupationnelle. L'athlète, face à la perte de son occupation athlétique prédominante, doit s'investir dans un processus de transition vers une nouvelle occupation vocationnelle. Ce processus est influencé par la disposition de l'athlète au changement et à son sentiment de contrôle perçu sur la situation. Dans le cas où l'athlète parvient à s'engager dans de nouveaux rôles correspondant à ses intérêts et à ses valeurs, celui-ci transforme son identité occupationnelle et est enclin à accepter sa nouvelle réalité. L'apogée du processus se traduit ainsi par une adaptation occupationnelle.

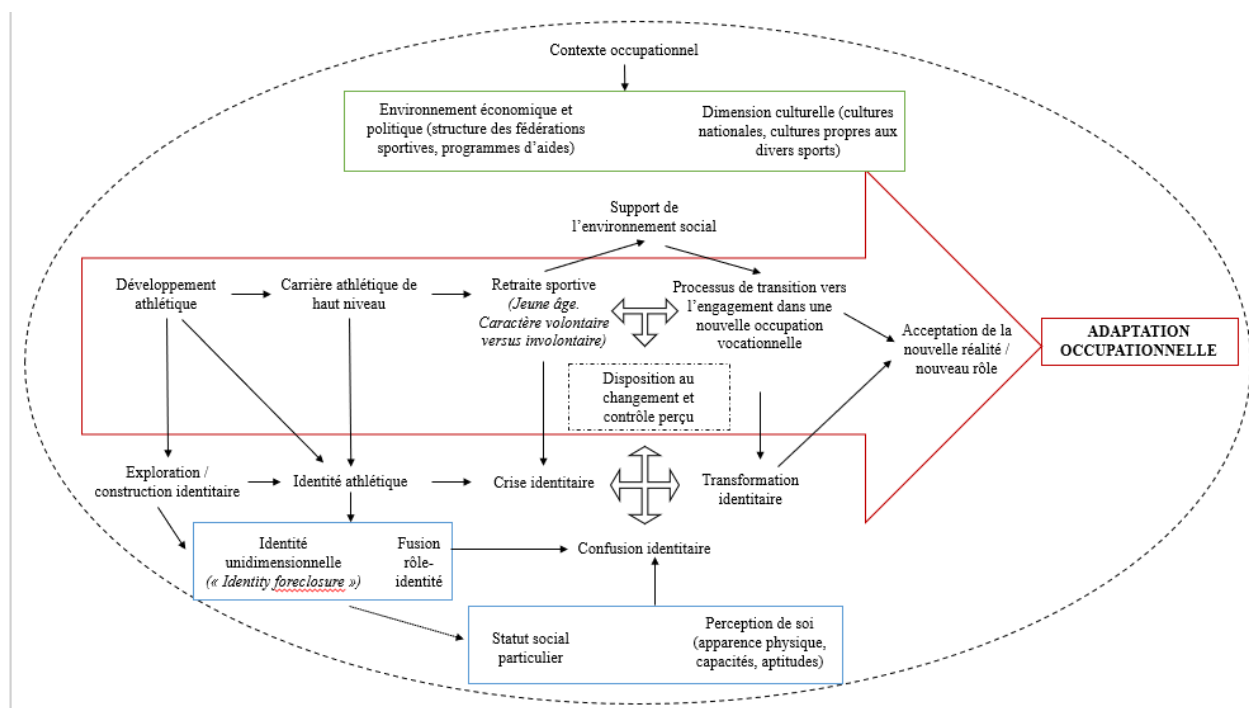


Figure 4. Processus de développement identitaire athlétique et répercussion sur la transition occupationnelle de l'athlète de haut niveau.

7. DISCUSSION

À partir des résultats, cette section cherche à répondre aux questions à l'origine de ce projet : 1) comment la transition occupationnelle chez les athlètes de haut niveau est influencée par l'identité athlétique? 2) Quel est le potentiel d'intervention en ergothérapie? À cet effet, un plaidoyer en faveur d'une offre de services ergothérapeutiques aux athlètes de haut niveau est développé. Enfin, les forces et les limites de la présente étude et les retombées pour la profession de l'ergothérapie sont dégagées.

7.1. Les conséquences d'une forte identité athlétique sur l'adaptation occupationnelle à la transition de carrière

L'ensemble des données issues de cette revue de la littérature oriente vers une association positive entre une identité athlétique puissante et la survenue de difficulté sur le volet de l'adaptation occupationnelle à la transition de carrière chez les athlètes de haut niveau. Grove, et al. (1998) en cohérence avec Brewer et Petitpas (2017) appuient ce résultat par leurs écrits supportant qu'une identité athlétique élevée lors de la redéfinition identitaire accompagnant la retraite sportive soit mise en relation avec une diminution considérable de la qualité perçue par l'athlète de sa transition et un indice d'état dépressif. Giannone et collaborateurs (2017) font état d'une association positive entre l'expérimentation de symptômes dépressifs ainsi que de symptômes anxieux et la puissance de l'identité athlétique au moment de la prise de la retraite. L'ensemble des données oriente vers une altération de la motivation à s'engager activement dans un processus de recherche d'une occupation vocationnelle signifiante qui est corrélée positivement à la puissance de l'identité athlétique (Albion & al., 2014; Azocar & al., 2015; Boyle & al., 2017; Brown & al., 2018; Giannone & al., 2017; Gordon & al., 1997a; Gordon & al., 1997b; Jäphag & al., 2007; Lally, 2007; Lavalée & al., 2012; Lavalée & Warriner, 2008; Lavalée & Willard, 2016; Stier, 2007). Ce constat est cohérent avec la théorie proposée par Skorikov et Vondracek (2007) qui établissent que l'identité occupationnelle est prédominante dans la façon dont l'être humain se définit. McLean et Shye (2015) définissent l'identité occupationnelle unidimensionnelle comme génératrice potentielle d'un surinvestissement dans une occupation ce qui brime l'exploration identitaire et l'émergence d'intérêts pour d'autres rôles.

Les résultats convergent vers le modèle de l'adaptation à la transition de carrière proposée par Taylor et Ogilvie (1994). Ils ciblent le potentiel de vivre la transition occupationnelle positivement. Les résultats abondent dans ce sens en ciblant des participants ayant perçu peu de

difficultés ou une absence de difficulté d'adaptation (Albion & al., 2014; Azocar & al., 2015; Boyle & al., 2017; Brown & al., 2018; Gordon & al., 1997a; Gordon & al., 1997b; Jäphag & al., 2007; Lally, 2007; Lavallee & al., 2012; Lavallee & Warriner, 2008; Lavallee & Willard, 2016; Stier, 2007).

Ce modèle demeure pertinent à ce jour en ciblant bon nombre de facteurs qui ressortent des études. Les résultats appuient le modèle en décrivant le processus de transition de carrière comme étant multidimensionnel et complexe, prenant appui sur des composantes personnelles en interaction dynamique avec le contexte environnemental dans lequel se produit le changement occupationnel. Cependant, à la lumière de ce projet, ce modèle peut être critiqué en regard à deux principaux éléments. Dans un premier temps, le modèle ne permet pas d'apprécier la prévalence élevée de difficultés et de détresse en lien avec le passage de l'occupation athlétique vers une nouvelle profession. En effet, les études ciblent des cas où le processus d'adaptation a été vécu positivement, mais il demeure que selon la littérature actuelle, les facteurs contextuels (externes) représentent des barrières dont les facteurs personnels ne permettent pas systématiquement de surmonter. Il est dénoté une prédominance d'expériences négatives caractérisées par une longue période d'adaptation. Taylor et Ogilvie (1994) placent le concept d'identité au même niveau que les autres facteurs identifiés comme ayant une incidence sur l'adaptation à la transition ainsi qu'aux ressources disponibles (Annexe A). La présente recension a ciblé le concept général d'identité occupationnelle comme facteur de forte incidence sur le déroulement et l'aboutissement du processus d'adaptation occupationnel.

Dans un deuxième temps, les interventions qui sont proposées en réponse à la survenue de difficultés. Les résultats de la présente étude démontrent le potentiel des actions préventives notamment dans l'étude d'Albion et collaborateurs (2014) avec le programme préventif visant les athlètes dès le début de leur parcours athlétique. Les études d'Albion et collaborateurs (2014), Boyle et collaborateurs (2017), Jäphag et collaborateurs (2007) et Lavallee et collaborateurs (2013) dénombrent bon nombre de programmes prenant en charge les athlètes lors du début de l'émergence de l'idée de cessation de la carrière sportive. Depuis de nombreuses années et mises de l'avant dans le domaine de l'ergothérapie, les pratiques préventives sont favorisées afin de maintenir la santé et le bien-être des personnes dans leur parcours de vie (OEQ, 2014). Il en revient ainsi aux notions de prévention primaire et secondaire qui devraient être privilégiées dans ce

modèle. Le modèle d'adaptation à la transition proposé est ainsi plus représentatif de la réalité des athlètes de haut niveau en processus de transition de carrière.

7.2. Perspective ergothérapique du processus de transition de carrière

Les résultats démontrent aussi que les difficultés lors de la transition de carrière sont nombreuses, mais que les défis occupationnels font partie intégrante de la situation. Il est ainsi possible de plaider en faveur d'interventions en ergothérapie dans ce type de transition de vie. L'analyse du développement occupationnel selon une perspective ergothérapique permet d'expliquer la survenue de difficultés et de proposer des points d'action potentiels visant des actions préventives pour le maintien de la santé et du bien-être des athlètes de haut niveau.

En cohérence avec les résultats, l'adolescence est identifiée comme une période critique de développement de la conception de soi par l'engagement dans diverses occupations. Lors de la participation à diverses occupations, les personnes développent des champs d'intérêt pour certaines activités et se créent un répertoire occupationnel varié. Le jeune en développement est ainsi amené à se construire des patrons occupationnels représentatifs d'une balance occupationnelle lui permettant d'exprimer une identité occupationnelle basée sur une variété d'occupations. Le jeune athlète évolue souvent dans un contexte culturel propre au sport et à la performance créant une centralisation de la pratique sportive au détriment de la participation à d'autres occupations et ainsi à une diversification du répertoire occupationnel (Lavalée & al., 2012; Polatajko & al., 2013). Le futur athlète de haut niveau se crée une conception de soi quasiment entièrement orienté sur le domaine sportif et n'a ainsi pas l'opportunité de découvrir des intérêts diversifiés. Ceci est supporté par Bonder et collaborateurs (2004) qui établit que la culture a des conséquences considérables sur le développement de patrons occupationnels. Le développement occupationnel étant limité, l'athlète en développement s'investit de façon importante dans son rôle d'athlète créant un accroissement de l'identité athlétique (« degré auquel la personne s'identifie au rôle d'athlète ») (Lally, 2007; Polatajko & al., 2013). En cohérence avec l'étude de Brewer et Petitpas (2017), il en résulte une barrière à l'engagement dans d'autres domaines d'activités qui est nécessaire à l'exploration de rôle pour une future reconversion professionnelle ainsi qu'une projection positive dans le futur. Tout comme démontré par Kroger (2007), Schwartz (2001) ainsi que Shokikov et Vondracek (2007), l'identité occupationnelle joue un rôle importance dans la formation de l'identité de la personne. Lors de la prise de la retraite, il survient une transition de vie qui se

caractérise par un désengagement volontaire ou non du rôle occupant une place prédominante dans la hiérarchie identitaire. Tel que ciblé par Jonson et Josephsson (2005) ainsi que par Polatajko et collaborateurs (2013), il peut survenir une perte identitaire qui se répercute sur la santé et le bien-être. Étant de nature occupationnelle, l'athlète en transition de carrière doit s'investir dans une nouvelle occupation afin de redéfinir à son identité occupationnelle grâce à un nouveau rôle (Wilcock, 2005). La personne doit procéder à une modification de ses patrons occupationnels fortement orientés sur la pratique sportive. Étant donné que l'identité occupationnelle se construit en majeure partie par l'intermédiaire de l'historique occupationnel et qu'elle permet d'orienter les actions pour bâtir le futur, la personne qui s'est surinvesti dans le domaine sportif au détriment de la diversification de ses rôles peut se retrouver face à un vide occupationnel et une perception d'un déficit de compétences face aux exigences de la vie en société (Polatajko & al., 2013). Selon Wilcock (2005), l'engagement dans une occupation contribue au bien-être de la personne. Polatajko et collaborateurs (2013) ajoutent que l'occupation doit avoir une signifiante et refléter les intérêts et les valeurs de la personne. Les résultats démontrent d'ailleurs que les athlètes ayant effectué une reconversion professionnelle dans une occupation vocationnelle non signifiante et non représentative de leurs intérêts en raison d'une insuffisance de diversification de l'identité occupationnelle décrivent une transition de qualité moindre (Albion & al., 2014; Azocar & al., 2015; Boyle & al., 2017; Brown & al., 2018, Jäphag & al., 2007; Lally, 2007; Lavalée & al., 2012; Lavalée & Warriner, 2008. Il s'agit d'ailleurs d'un fait saillant abordé par Deslongchamps (2020) qui mentionne une préparation pour une deuxième retraite (retraite conventionnelle) alors qu'il n'a, à ce jour, toujours pas accepté et adapté à sa première retraite (retraite sportive). En cohérence avec ces mêmes auteurs, l'athlète retraité qui s'est réinvesti dans un nouveau rôle s'est adapté sur le plan occupationnel par l'engagement dans un nouveau rôle vocationnel. Cependant, les résultats ciblent deux tangentes d'adaptation qui reflètent la notion de signifiante proposée par Polatajko et collaborateurs (2013) au titre où une personne qui s'engage dans une vocation qui ne lui permet pas d'actualiser ses intérêts et ses valeurs ne parvient pas à obtenir une satisfaction subjective et maintenir un état de santé et de bien-être optimal.

En somme, la transition de vie lors de la retraite sportive vers une nouvelle vocation est synonyme d'une perturbation des routines qui est perçue par les athlètes comme un chamboulement des occupations qui structurent leur temps (Blair, 2000). L'adaptation à ces changements est catalysée par une bonne connaissance de soi afin de modifier le répertoire occupationnel. En effet,

certaines occupations sont arrêtées et doivent être remplacées afin de répondre aux exigences sociétales d'occuper un emploi et de répondre au besoin humain de s'engager dans une forme d'activité (Jonsson, 2010; Polatajko & al., 2013).

De plus, les résultats de cette revue exposent l'importance du contexte occupationnel dans lequel se développe l'athlète. Ils démontrent qu'il possède non seulement un rôle sur la construction de l'identité athlétique, mais également dans les possibilités de diversification des rôles. En cohérence avec Polatajko et collaborateurs (2013), le contexte environnemental s'inscrit comme un concept influençant les choix d'occupation. En d'autres termes, l'environnement influence grandement le parcours de vie occupationnelle qui contribue à bâtir l'identité occupationnelle. La retraite sportive caractérisée comme une perte occupationnelle bloque les possibilités d'engagement dans les routines développées. Le tout a le potentiel d'engendrer des effets négatifs sur la santé de la personne et sur son bien-être (Nayar & Stanley, 2015; Polatajko & al., 2013; Skorikov & Vondracek, 2011).

À la lumière d'une théorie connue en ergothérapie, le modèle conceptuel du MOH, il ressort de cette étude des arguments favorables de proposer une analyse et une compréhension de la situation du point de vue des défis occupationnels. Bilard et collaborateurs (2005) définissent la retraite sportive comme étant un processus de transition vocationnelle provoquant des changements sur le plan des rôles et sur l'identité occupationnelle. Lavalée et collaborateurs (2012) consacrent une étude entière à explorer l'ensemble du processus selon le modèle transthéorique du changement proposé par Prochaska et DiClemente (1984). Ces auteurs ne sont pas les seuls à se pencher sur la notion de changement alors que la disposition au changement est un thème qui ressort fortement dans le potentiel de redéfinition de l'identité occupationnelle. Cette redéfinition comme mentionnée plus haut est établie comme un prédicteur important de la qualité de l'adaptation à la nouvelle réalité professionnelle.

Le MOH s'attarde au concept de volition à l'engagement occupationnel par une analyse de l'interaction dynamique entre l'être et son environnement (Kielhofner, 2004). Tel qu'identifié dans cette étude, le changement est fortement associé à une motivation à s'engager dans un processus de préparation à la retraite ainsi qu'à l'engagement dans une autre occupation. De plus, les résultats soulignent bien le caractère complexe et multidimensionnel de la transition de carrière qui peut faire survenir des difficultés et des défis adaptatifs dans une grande variété de domaines, dont celui

de l'occupation (Albion & al., 2014; Azocar & al., 2015; Boyle & al., 2017; Brown & al., 2018; Giannone & al., 2017; Gordon & al., 1997a; Gordon & al., 1997b; Jäphag & al., 2007; Lally, 2007; Lavallee & al., 2012; Lavallee & Warriner, 2008; Lavallee & Willard, 2016; Stier, 2007).

Une personne qui modifie ses rôles et s'adapte sur le plan vocationnel en s'engageant dans une nouvelle profession ne qualifie pas systématiquement son expérience vécue comme positive (Kielhofner, 2004; Taylor & Ogilvie, 1994). Une transition accompagnée de détresse et de difficulté adaptative s'explique par une modification de patrons occupationnels ne correspondant pas à ses valeurs et ses intérêts tout en ayant un faible sentiment de compétence à la réalisation de l'occupation par une identité athlétique encore prédominante. En effet, les patrons occupationnels orientés vers une nouvelle occupation éducative ou vocationnelle ne reflètent pas l'identité occupationnelle qui s'est développée et centralisée sur le domaine athlétique. L'athlète retraité ne peut plus actualiser sa compétence athlétique en raison de la retraite sportive puisque ses patrons de participation occupationnelle ne sont plus le reflet de l'identité occupationnel n'ayant pas subi une rétroaction dans la hiérarchie identitaire (Kielhofner, 2004).

De plus, étant un modèle reconnu mondialement et fréquemment utilisé dans le domaine de la psychologie et de la psychiatrie, l'utilisation de ce modèle pour intervenir auprès d'athlètes de haut niveau en processus de transition de carrière est appropriée. De plus, le domaine de la psychologie est prédominant dans les services offerts pour la problématique d'adaptation à la nouvelle réalité de cette population ce qui se traduit par des services de prévention secondaire et même tertiaire (de las Heras de Pablo, 2011). L'utilisation du MOH favorise une meilleure compréhension et cohésion au sein de l'équipe interdisciplinaire et améliore la pratique actuelle en s'inscrivant dans une optique de prévention primaire. La mise en lumière que l'importance du contexte occupationnel et du rôle de l'environnement social dans lequel se développe l'athlète de haut niveau appuie des pratiques visant la diminution des facteurs de risque.

7.3. Plaidoyer pour l'inclusion de l'ergothérapie dans l'offre de services aux athlètes de haut niveau en processus de transition de carrière

À la lumière de cette revue structurée de la littérature et en cohérence avec les propos tenus par l'« American Occupational Therapy Association » (AOTA), il est possible de plaider en faveur de l'intégration des ergothérapeutes dans les programmes destinés aux athlètes de haut niveau en transition de carrière. Cette offre peut devenir un catalyseur vers une restructuration du réseau des

programmes d'aide par l'incorporation d'une approche préventive durant le développement des athlètes de haut niveau (Marterella & Smoot, 2017). Ce plaidoyer s'appuie sur quatre principaux arguments : 1) favoriser une participation sociale, de la retraite sportive à la retraite conventionnelle, 2) offrir des services respectant le parcours développemental des athlètes, 3) favoriser la construction d'une identité occupationnelle variée et multiple et 4) utiliser l'occupation pour mener une vie satisfaisante.

7.3.1. Favoriser une participation sociale, de la retraite sportive à la retraite conventionnelle

Il importe que l'ergothérapeute favorise le bien-être des athlètes de haut niveau dans leur transition de carrière, en favorisant leur contribution à la société jusqu'à la retraite conventionnelle. En d'autres termes, les principes de base de la théorie éthique utilitariste encouragent les professionnels à se baser sur les données probantes afin de contribuer au bien-être du plus grand nombre de personnes (Drolet, 2014). Les défis occupationnels liés à la transition de carrière chez les athlètes de haut niveau entravent leur contribution sociale doit être abordée par les ergothérapeutes ayant développé une expertise dans les transitions de vie (Gibson & al., 2015). En effet, les ergothérapeutes sont des professionnels, qui par leurs approches, permettent aux personnes de traverser une transition de vie à orientation occupationnelle, tout en maintenant une sensation de bien-être par l'entremise de la signifiante occupationnelle. Les interventions en ergothérapie permettent d'accélérer l'adaptation à la transition par un engagement vocationnel reflétant les intérêts ainsi que les valeurs de l'athlète retraité lui offrant ainsi une qualité de vie (Gibson & al., 2015). Les modalités et les approches des ergothérapeutes favorisent la satisfaction occupationnelle et l'adaptation à la nouvelle réalité contribuant ainsi à l'inclusion sociale des athlètes dans une nouvelle profession ainsi qu'une diminution des probabilités de survenue de détresse psychologique pouvant engendrer des coûts importants pour la société (Giannone & al., 2017). Serait-il souhaitable de vivre dans une société dans laquelle un ergothérapeute ne plaide pas en faveur de l'incorporation de son expertise dans une pratique actuelle n'assurant pas le bien-être de ses clients et de la société en générale?

7.3.2. Offrir des services respectant le parcours développemental des athlètes

Il importe que les athlètes de haut niveau en transition de carrière reçoivent des soins et des services de qualité et personnalisés. En d'autres termes, possédant de plus en plus de connaissances sur le processus de retraite sportive et l'émergence des difficultés, les ergothérapeutes compétents

et nécessaires à leur cheminement doivent inclure dans leurs interventions des cibles associées à des moments propices pour produire des résultats positifs. Ayant introjecté une culture de défi occupationnel majeur, les athlètes de haut niveau en transition possèdent le droit de recevoir des soins de qualité qui répondent de façon adéquate aux difficultés rencontrées (Alfermann & al., 2009), dont font partie les difficultés occupationnelles. Étant des experts de l'habilitation aux occupations, les ergothérapeutes doivent être intégrés dans les équipes interdisciplinaires intervenant auprès de cette population (Polatajko & al., 2013). De plus, le manque d'action à la source du problème, soit en prévention primaire, démontre une lacune au niveau du respect des droits de la personne concernant la disponibilité de services favorisant le bien-être général des athlètes (Albion & al., 2014). Tout être humain est digne de recevoir des services de qualité s'inscrivant dans le respect de son parcours développemental.

7.3.3. Favoriser la construction d'une identité occupationnelle variée et multiple

Il importe que l'ergothérapeute favorise le développement occupationnel des athlètes de haut niveau. En d'autres termes, ce développement occupationnel est identifié comme un élément d'influence dans le processus de transition de carrière post-retraite sportive (Gordon & al., 1997a). Les programmes actuels compromettent l'exploration occupationnelle par une hyperspécialisation sportive dans la période de l'adolescence favorisant ainsi la construction d'une identité occupationnelle unidimensionnelle (Lavallee & al., 2013). Les études démontrent que la période de l'adolescence est critique au développement occupationnel et qu'elle doit se caractériser par une exploration complète par l'implication dans divers rôles (Hammack, 2015; McLean & Syed, 2015). Les patrons occupationnels se construisant uniquement autour du sport pour les athlètes en développement s'inscrivent à la source d'une identité occupationnelle unique qui représente un obstacle de taille à la redéfinition identitaire nécessaire à l'engagement satisfaisant dans une nouvelle profession lors de la transition vers la retraite. Les interventions en ergothérapie favorisent l'établissement d'un développement occupationnel optimal par le maintien d'une balance occupationnelle (Baillie, 1993; Kielhofner, 2004). Serait-il souhaitable de vivre dans une société où le développement des adolescents est compromis de sorte à créer des humains hyperspécialisés et performants dans une seule occupation s'échelonnant sur une courte période de leur vie?

7.3.4. Utiliser l'occupation pour mener une vie satisfaisante

Il importe que l'ergothérapeute favorise la justice occupationnelle pour les athlètes de haut niveau en transition de carrière. Autrement dit, l'ergothérapeute accorde une grande importance aux occupations et prône l'égalité des possibilités de participation sociale et d'engagement occupationnel. Il revient à l'ergothérapeute de favoriser une interaction dynamique entre l'être et les composantes environnementales agissant à titre de ressources pour favoriser l'épanouissement dans une profession signifiante pour l'athlète en transition de carrière. Malgré l'hyperspécialisation dans le domaine sportif et le statut social valorisé des athlètes de haut niveau, cette population demeure fondamentalement des êtres occupationnels qui doivent se réinvestir dans une nouvelle vocation professionnelle à la suite de leur courte carrière sportive (Alfermann & al., 2009; Brown & al., 2018). Il est dans les valeurs de l'ergothérapeute de favoriser l'engagement occupationnel de ses clients dans diverses occupations afin de favoriser une identité occupationnelle variée basée sur des intérêts et des rôles divers. L'incorporation des ergothérapeutes dans les services destinés aux athlètes de haut niveau permet une approche préventive et précoce dans le développement des patrons occupationnels des athlètes qui favorise l'émergence d'une identité occupationnelle multidimensionnelle facilitant la réorganisation identitaire au moment de la transition de vie caractérisée par la retraite sportive (Pearson & Petitpas, 1990; Skorikov & Vondracek, 2011). La population cible est davantage outillée pour ce processus. Une réorganisation de la hiérarchie de l'identité occupationnelle est nécessaire plutôt qu'un long processus ardu sur le plan cognitif d'exploration de rôles et d'intérêts (Lally, 2007). Toute personne doit avoir la possibilité de développer son identité occupationnelle par l'exploration occupationnelle et l'implication dans divers rôles afin de favoriser l'engagement dans des occupations congruentes avec leurs intérêts et leurs valeurs offrant une vie stimulante et satisfaisante.

7.4. Forces et limites de la recherche

Ce projet présente quelques forces et une limite principale. Une des forces repose sur l'utilisation d'une méthode scientifiquement validée visant à faire une recherche structurée dans les bases de données. Cette méthode préétablie permet ainsi la reproduction de la présente recherche. Elle intègre aussi la littérature présentant le meilleur niveau de preuve scientifique possible ainsi que des articles suivant une méthodologie scientifique de qualité.

Ce projet présente une limite principale, soit l'utilisation d'études possédant un faible niveau d'évidence scientifique. Selon les cotes de recommandation émises par la HAS (2013), il est question d'études de faible niveau ou encore de présomptions scientifiques. La plupart de ces études ont fait usage d'une méthodologie de recherche rétrospective. De nombreux auteurs ciblent un biais lié à des résultats basé sur la mémoire et nomment l'utilisation de cette méthode comme étant une limite à leur étude. Cependant, des stratégies sont décrites et utilisées afin de contrer les répercussions potentielles sur la crédibilité des résultats et des conclusions. Entre autres, les critères d'inclusion de la majorité des études rétrospectives comprenaient un délai d'un maximum de cinq ans depuis la prise de la retraite sportive dans une optique de réduire les biais de rappel. De plus, selon l'analyse de la qualité des écrits, réalisée par l'auteur de cet essai, qui prend appui sur la « Grille d'évaluation d'un article scientifique » (Dumont, 2011), les articles présentent de nombreuses forces et respectent les conventions établies par la communauté scientifique.

7.5. Retombées pour la profession de l'ergothérapie

L'ergothérapie auprès des athlètes de haut niveau en transition de carrière, ayant été définie comme pratique émergente par Marterella et Smoot (2017), ne dispose actuellement pas de données probantes spécifiques à la profession. La problématique vécue par cette population est étudiée selon une orientation majoritairement psychologique et fait usage de pratiques cliniques préventives de types secondaire et tertiaire. La compréhension de la transition occupationnelle n'est pas l'objet d'une analyse faisant usage de termes occupationnels. La présente revue de la littérature permet aux ergothérapeutes d'obtenir une compréhension des défis occupationnels vécus par les athlètes de haut niveau et de l'intégrer à un modèle spécifique au domaine de pratique, soit le MOH (Kielhofner, 2004). L'analyse de la situation selon une perspective ergothérapique et l'utilisation d'un modèle spécifique à la profession permettent de plaider en faveur de l'intégration de ces professionnels dans les pratiques avec les athlètes de haut niveau afin de bonifier les services actuels par des interventions en prévention de type primaire. Ces professionnels doivent actualiser leur compétence d'agent de changement dans une optique d'amélioration des services.

La présente revue de la littérature s'est attardée à la compréhension des difficultés de transition occupationnelle chez les athlètes de haut niveau à la suite de leur carrière sportive entre autres pour situer la place de l'ergothérapie dans ce processus. En ciblant le MOH comme modèle d'analyse et de compréhension de la transition, il est maintenant pertinent d'entreprendre des

recherches qui se focalisent sur la notion de satisfaction occupationnelle chez cette population à la suite de l'engagement de nouvelles occupations (Kielhofner, 2004). Il est ainsi possible de broser un portrait complet de l'adaptation occupationnelle à la transition de carrière en y intégrant la notion de satisfaction et de bien-être subjectif relatif à la nouvelle réalité occupationnelle organisée selon de nouveaux patrons occupationnels. Ces recherches peuvent fournir des informations pertinentes dans une optique de revendication des bienfaits d'interventions en ergothérapie au sein de la population d'athlète de haut niveau. Il en revient à plaider en fonction des changements positifs que les ergothérapeutes soient en mesure d'influencer les programmes et les services qui existent.

De plus, une diversification des disciplines effectuant des recherches sur le sujet permet de clarifier les rôles de chaque membre de l'équipe interdisciplinaire. La cohésion au sein de l'équipe traitante favorise une approche holistique tendant vers des services de qualité.

8. CONCLUSION

La présente étude porte sur la transition occupationnelle menant à une seconde carrière chez les athlètes de haut niveau. Elle est orientée sur l'influence de la puissance de l'identité athlétique. L'objectif secondaire vise à utiliser ces résultats afin de démontrer la pertinence d'interventions en ergothérapie auprès de cette population cible dans la mesure où l'AOTA identifie cette pratique comme émergente (Marterella & Smoot, 2017).

Les résultats établissent une association entre la puissance de l'identité athlétique et les difficultés d'adaptation pouvant survenir lors du processus de transition de carrière. Ces données établissent que l'identité athlétique se construit principalement lors du développement occupationnel à l'adolescence et est en constante fluctuation selon l'interaction entre les composantes personnelles de l'athlète et son contexte environnemental. Il en ressort que la puissance de l'identité athlétique constitue un concept évolutif qui influence la disposition au changement ainsi que la perception de contrôle sur le processus.

À la lumière de la recension des écrits effectuée, le modèle d'adaptation à la transition de carrière proposé par Taylor et Ogilvie (1994) comporte des limites dans la compréhension du processus et l'émergence de difficultés. Cette limite est expliquée, entre autres, par le fait que les études démontrent que l'importance de la puissance de l'identité athlétique lors de la transition s'avère un facteur prédominant et constitue le résultat d'une interaction complexe et dynamique des autres facteurs que les auteurs placent au même niveau. De plus, les interventions ciblent l'émergence de difficultés chez les participants alors que selon la vision actuelle en matière de santé, les actions préventives sont à privilégier dans un contexte de maintien de la santé et du bien-être.

Le MOH, propre à la profession d'ergothérapie, fournit un cadre de référence visant la compréhension des difficultés d'adaptation à la transition de carrière en lien avec la nature occupationnelle de l'être humain et le caractère impératif de l'engagement dans une occupation signifiante comme générateur de la santé et du bien-être. Il permet d'aborder la problématique de façon holistique en intégrant les composantes de l'être en interaction dynamique afin de comprendre l'agir (Kielhofner, 2004).

À la lumière de cette étude, il est bénéfique de réaliser d'autres études portant sur le phénomène de transition occupationnelle des athlètes de haut niveau en processus de retraite

sportive avec une orientation spécifique sur les concepts centraux à l'ergothérapie, soient la personne, l'occupation et l'environnement. Il a été démontré que l'ergothérapie peut être bénéfique pour favoriser une adaptation occupationnelle, cependant, des études portant sur l'incidence des concepts centraux sur le processus permettent de situer avec précision le rôle des ergothérapeutes. Des études pilotes permettront de comprendre les interactions dynamiques entre ces concepts qui sont tous centraux dans la problématique décrite. L'ajout de l'ergothérapie dans les équipes interdisciplinaires visant l'encadrement des athlètes d'élite semble une piste de réflexion pertinente visant à englober l'ensemble des facettes de la problématique complexe qu'est la transition de carrière.

RÉFÉRENCES

- Abrego, P.J., & Brammer, L.M. (1981). Intervention strategies for coping with transitions. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 19-36. Doi: 10.1177/001100008100900203
- Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux. (2004). L'approche populationnelle : une nouvelle façon de voir et d'agir en santé. Retrived from <http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/bs31344>
- Albion, M.J., Fogarty, G.J., & Martin, L.A. (2014). Changes in Athletic Identity and Life Satisfaction of Elite Athletes as a Function of Retirement Status. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(1), 96-110. Doi: 10.1080/10413200.2013.798371
- Alfermann, D., Côté, J., Stambulova, N., & Statler, T. (2009). ISSP Position Stand: Career Development and Transitions of Athletes. *Career Development and Transitions*, 7(1), 395-412. Doi: 10.1080/1612197X.2009.9671916
- Andersson, L., & Jonsson, H. (1999). Attitudes to Work and Retirement: Generalization or Diversity? *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 6(1), 29-35. Doi: 10.1080/110381299443825
- Association canadienne des ergothérapeutes (ACE). (2014). Occupational therapy – Retrived from <http://www.caot.ca/default.asp?Pageid=1344>
- Association Canadienne des ergothérapeutes. (2015). Prise de position de l'ACE : L'ergothérapie et la santé au travail. Retrived from [https://www.caot.ca/document/4204/L%20-%20Lergoth%C3%A9rapie%20et%20la%20sant%C3%A9%20au%20travail%20\(2015\).pdf](https://www.caot.ca/document/4204/L%20-%20Lergoth%C3%A9rapie%20et%20la%20sant%C3%A9%20au%20travail%20(2015).pdf)
- Azocar, F., Pallarés, S., Ramis, Y., Selva, C., & Torregrosa, M. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21(1), 50-56. Doi: 10.1016/j.psychsport.2015.03.003
- Baillie, P.H.F. (1993). Understanding Retirement from Sports: Therapeutic Ideas for Helping Athletes in Transition. *The Counseling Psychologist*, 21(3), 399-410. Doi: 10.1177/0011000093213004
- Baillie, P.H.F., & Danish, S. (1992). Understanding the Career Transition of Athletes. *The Sport Psychologist*, 6(1), 77-98. Doi: 10.1123/tsp.6.1.77
- BBC (2020). State of Sport 2018: Half of retired sportspeople have concerns over mental and emotional wellbeing. Retrieved from <https://www.bbc.com/sport/42871491>
- Bilard, J., Delignieres, D., Ninot, G., & Stephan, Y. (2003). Repercussions of Transition Out of Elite Sport on subjective Well-Being: A One-Year Study. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 354-371. Doi: 10.1080/10413200390238022
- Bilard, J., Ninot, G., & Stéphan, Y. (2005). L'arrêt de carrière sportive de haut niveau : un phénomène dynamique et multidimensionnel. *Mouvement & Sport Sciences*, 54(1), 35-62. Doi : 10.3917/sm.054.0035

- Blair, S.E. (2000). The Centrality of Occupation during Life Transitions. *British Journal of Occupational Therapy*, 63(5), 231-237. Doi: 10.1177/030802260006300508
- Blinde, E.M., & Greendorfer, S.L. (1985). A reconceptualization of the process of leaving the role of competitive athlete. *International Review for Sociology of Sport*, 20(1), 87-93.
- Boisselle, A., DaLomba, E., & Grajo, L. (2018). Occupational Adaptation as a Construct: A Scoping Review of Literature. *The Open Journal of Occupational Therapy*, 6(1), 1-12. Doi: 10.15453/2168-6408.1400
- Bonder, B.R., Martin, L., & Miracle, A.W. (2004). Culture Emergent in Occupation. *American Journal of Occupational Therapy*, 58, 159-168. Doi: 10.5014/ajot.58.2.159
- Boyle, E., Kuettel, A., & Schmid, J. (2017). Factors contributing to the quality of the transition out of elite sports in Swiss, Danish, and Polish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 29(1), 27-39. Doi: 10.1016/j.psychsport.2016.11.008
- Brewer, B.W., & Petitpas, A.J. (2017). Athletic Identity foreclosure. *Current Opinion in Psychology*, 16, 118-122. Doi: 10.1016/j.copsyc.2017.05.004
- Brown, C.J., Cotgreave, R., Robinson, M.A., & Webb, T. (2018). Athletes' experiences of social support during their transition out of elite sport: An interpretative phenomenological analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 36, 71-80. Doi: 10.1016/j.psychsport.2018.01.003
- Consortium national de formation en santé (CNFS). (n.d). Grille d'extraction des données pertinentes. Retrived from www.cnfs.net/modules/module2/story_content/external_files/15_Grille%20extraction.pdf
- Dacyshyn, A., & Kerr, G. (2000). The retirement experiences of elite female gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychologist*, 12(2), 115-133. Doi: 10.1080/10413200008404218
- de las Heras de Pablo, C.G. (2011). Promotion of Occupational Participation: Integration of the Model of Human Occupation in Practice. *The Israeli Journal of Occupational Therapy*, 20(3), 67-88. Retrieved from https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4831927/mod_resource/content/1/MOH%20Car%20men%20Heras.pdf
- Deslongchamps, D. (2020). Ces Jeux qu'on nous a volés. Retrived from <https://ici.radio-canada/sports/podium/823/dany-deslongchamps-olympiques-moscou-boycott-jeux-coronavirus-covid>
- Ducharme, J-F. (2018). La vie après le sport. Retrived from actualites.uqam.ca/2018/la-vie-apres-le-sport-transition-carriere
- Dumont, C. (2011). *Grille d'évaluation d'un article scientifique – ERG-6002*. Québec : Université du Québec à Trois-Rivières
- Drolet, M-J. (2014). *De l'éthique à l'ergothérapie. La philosophie au service de la pratique ergothérapique* (2e édition). Québec, QC : Presses de l'Université du Québec.

- Ebaugh, H.R.F. (1988). *Becoming an ex: the process of the role exit*. Chicago: University of Chicago Press.
- EBSCO. (2020a). APA PsycInfo. Retrived from <https://www.ebsco.com/products/research-databases/apa-psycinfo>).
- EBSCO. (2020b). CINAHL COMPLETE. Retrieved from <https://www.ebscohost.com/nursing/products/cinahl-databases/cinahl-complete>
- EBSCO. (2020c). SPORTDiscus. Retrieved from <https://www.ebsco.com/products/research-databases/sportdiscus>
- Giannone, Z.A., Haney, C.J., Kealy, D., & Ogrodniczuk, J.S. (2017). Athletic identity and psychiatric symptoms following retirement from varsity sports. *International Journal of Social Psychiatry*, 63(7), 598-601. Doi: 10.1177/0020764017724184
- Gibson, R.W., Orentlicher, M.L., & Schefking, S. (Eds.). (2015). *Transition across the lifespan: an occupational therapy approach*. Bethesda, MD: AOTA Press.
- Gordon, S. (1995). Career transitions in competitive sport. In T. Morris & J. Summers (Eds.), *Sport psychology: theory, applications, and issues* (pp. 474-501). Brisbane, Australia: Jacaranda Wiley.
- Gordon, S., Grove, J.R., & Lavalley, D. (1997a). Retirement from sport and the loss of athletic identity. *Journal of Personal & Interpersonal Loss*, 2(2), 129-147. Doi: 10.1080/10811449708414411
- Gordon, S., Grove, J.R., & Lavalley, D. (1997b). Coping with retirement from sport: The influence of athletic identity. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9(2), 191-203. Doi: 10.1080/10413209708406481
- Gouvernement du Canada. (2008). Qu'est-ce que la santé? Retrived from <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante/sante-population/approche-axee-sur-la-sante-de-population/la-sante.html>
- Gouvernement métropolitain de Tokyo. (2018). Tokyo 2020 Guide. Retrived from <https://tokyo2020.org/jp/games/plan/data/tokyo2020-guidebook-fr.pdf>
- Grove, J.R., Lavalley, D., Gordon, S., & Harvey, J.H. (1998). Account-making: A model for understanding and resolving distressful reactions to retirement from sport. *The Sport Psychologist*, 12(1), 52-67.
- Hammack, P.L. (2015). Theoretical Foundations of Identity. In K.C. McLean, & M. Syed (Eds.), *The Oxford Handbook of Identity Development* (pp. 11-30). New York, NY: Oxford University Press.
- Harvey, A. (2020). De grâce, prenez une décision! Retrived from <https://ici.radio-canada.ca/sports/podium/790/alex-harvey-olympiques-tokyo-coronavirus-covid>
- Haute Autorité de Santé (HAS). (2013). État des lieux: Niveau de preuve et gradation des recommandations de bonne pratique. Retrived from <https://www.has->

sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-06/etat_des_lieux_niveau_preuve_gradation.pdf

- Jäphag, U., Stambulova, N., & Stephan, Y. (2007). Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 101-118. Doi: 10.1016/j.psychsport.2006.05.002
- Jonson, H. & Josephsson, S. (2005). Occupation and Meaning. Dans Christiansen, C., Baum, C. M., & Bass-Haugen, J. (Eds.), *Occupational therapy: Performance, participation, and well-being* (pp.117-134). Thorofare, NJ: Slack Incorporated.
- Kielhofner, G. (1980). A model of human occupation, part. 2. Ontogenesis from the perspective of temporal adaptation. *American Journal of Occupational Therapy*, 34(10), 657-663. Doi: 10.5014/ajot.34.10.657
- Kielhofner, G. (2004). Conceptual foundations of occupational therapy (3rd ed.). Philadelphia, PA: F.A. Davis Co.
- Kielhofner, G. (2008). Model of human occupation: Theory and application (4th ed.). Philadelphia, PA: Lippincott
- Kroger, J. (2007). Why Is Identity Achievement So Elusive? *Identity*, 7(4), 331-348. Doi: 10.1080/15283480701600793
- Lally, P. (2007). Identity and athletic retirement: A prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 85-99. Doi: 10.1016/j.psychsport.2006.03.003
- Lavallee, D., & North, J. (2004). An investigation of potential users of career transition services in the United Kingdom, *Psychology of Sport Exercise*, 5(1), 77-84. Doi: 10.1016/S1469-0292(02)00051-1
- Lavallee, D., Ogilvie, B., & Taylor, J. (2006). Career Transition among Athletes: Is There Life after Sports? In J.M. Williams (Eds.), *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance* (5th éd.). (pp. 595-615). New York, NY: McGraw-Hill.
- Lavallee, D., Park, S., & Tod, D. (2012). Exploring the retirement from sport decision-making process based on the transtheoretical model. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 444-453. Doi: 10.1016/j.psychsport.2012.02.003
- Lavallee, D., Park, S., & Tod, D. (2013). Athletes' career transition out of sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 22-53. Doi: 10.1080/1750984X.2012.687053
- Lavallee, D., & Warriner, K. (2008). The Retirement Experiences of Elite Female Gymnasts: Self Identity and the Physical self. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(1), 301-317. Doi: 10.1080/10413200801998564
- Lavallee, D., & Willard, V.C. (2016). Retirement Experiences of Elite Ballet Dancers: Impact of Self-Identity and Social Support. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(3), 266-279. Doi: 10.1037/spy0000057

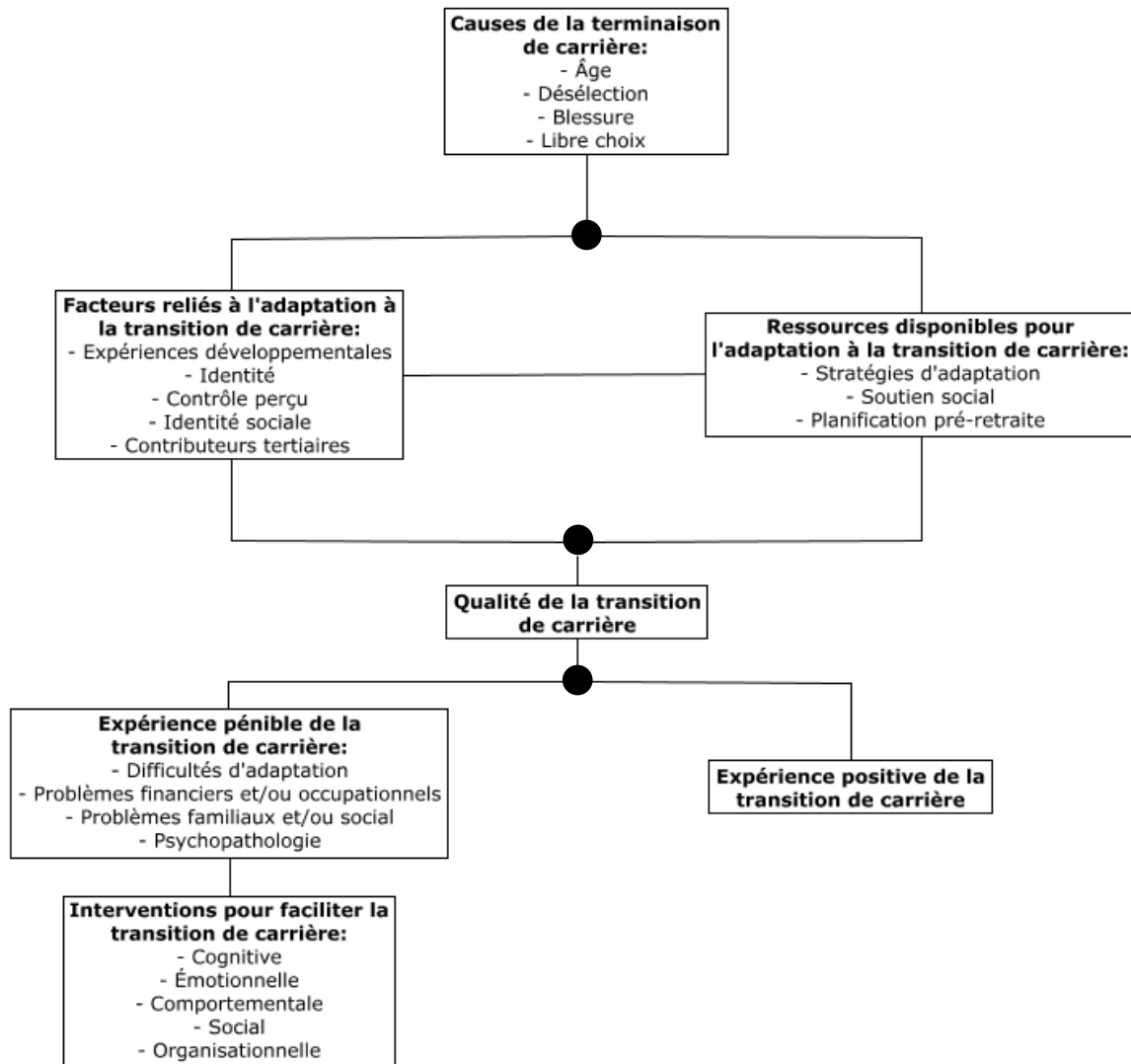
- Lerch, S.H. (1981). The adjustment to retirement of professional baseball players. In S.L. Greendorfer & A. Yiannakis (Eds.), *Sociology of Sport: Perspective* (pp. 138-148). West Poin, NY: Leisure Press.
- Marier, A., & Pilote, E. (2019). Fondements de la pratique sportive au Québec. Retrived from https://www.bibliotheque.assnat.qc.ca/DepotNumerique_v2/AffichageFichier.aspx?idf=229844
- Marterella, A., & Smoot, M. (2017). The Occupational Transition of Athletic Retirement: An Emerging Area of Practice for the Occupational Therapy Profession. *The American Journal of Occupational Therapy*, 71, 259. Doi: 10.5014/ajot.2017.71s1-PO2071
- McLean, K.C., & Syed, M. (2015). The Field of Identity Development Needs an Identity: An Introduction to The Oxford Handbook of Identity Development. In K.C. McLean, & M. Syed (Eds.), *The Oxford Handbook of Identity Development* (pp. 1-10). New York, NY: Oxford University Press.
- Nayar, S., & Stanley, M. (2015). Occupational adaptation as a social process in everyday life. *Journal of Occupational Science*, 22(1), 26-38. Doi: 10.1080/14427591.2014.882251
- Ordre des ergothérapeutes du Québec (OEQ). (2014). Approche populationnelle en promotion de la santé et en prévention : compétences attendues des ergothérapeutes. Retrived from <https://www.oeq.org/etudiants-et-candidats/publications/occupation-ergotherapeute/articles-sur-la-pratique-professionnelle/17-approche-populationnelle-en-promotion-de-la-sante-et-en-prevention-competences-attendues-des-ergotherapeutes.html?page=1>
- Organisation mondiale de santé (WHO). (1999). Glossaire de la promotion de la santé. Retrived from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67245/WHO_HPR_HEP_98.1_fre.pdf
- Orlick, T. (1990). *In pursuit of excellence: how to win in sport and life through mental training* (2e éd.). Champaign, IL: Leisure Press
- Orlick, T., & Sinclair, D.A. (1993). Positive Transitions from High-Performance Sport. *The Sport Psychologist*, 7(2), 138-150. Doi: 10.1123/tsp.7.2.138
- Pearson, R.E., & Petitpas, A.J. (1990). Transitions of Athletes: Developmental and Preventive Perspectives. *Journal of Counseling and Development*, 69(1), 7-19. Doi: 10.1002/j.1556-6676.1990.tb01445.x
- Pettican, A., & Prior, S. (2011). It's a new way of life: An exploration of the occupational transition of retirement. *British Journal of Occupational Therapy*, 74, 12-19. Doi: 10.4276/03802211X12947686093521
- Polatajko, H. J., Backman, C & al. (2013). L'occupation humaine mise en contexte. Dans Townsend, E., Polatajko, H. J., Cantin, N., & Association canadienne des ergothérapeutes. (Eds), *Habiliter à l'occupation: Faire avancer la perspective ergothérapique de la santé*,

du bien-être et de la justice par l'occupation (pp.45-74). Ottawa: CAOT Publications ACE.

- Polatajko, H. J., Davis, J., Stewart, D., Cantin, N., Amoroso, B., Purdie, L. & Zimmerman, D. (2013). Préciser le domaine primordial d'intérêt : l'occupation comme centralité. Dans Townsend, E., Polatajko, H. J., Cantin, N., & Association canadienne des ergothérapeutes. (Eds), *Habiliter à l'occupation: Faire avancer la perspective ergothérapique de la santé, du bien-être et de la justice par l'occupation* (pp.15-44). Ottawa: CAOT Publications ACE.
- Reynolds, M.J. (1981). The effects of sports retirement on the job satisfaction of the former football player. In S.L. Greendorfer & A. Yiannkis (Eds.), *Sociology of sport: Perspectives* (pp. 127-137). West Point, NY: Leisure Press.
- Schwartz, S.J. (2001). The Evolution of Eriksonian and, Neo-Eriksonian Identity Theory and Research: A Review and Integration. *Identity*, 1(1), 7-58. Doi : 10.1207/S1532706XSCHWARTZ
- Skorikov, V.B., & Vondracek, F.W. (2011). Occupational Identity. In S.J. Schwartz (Eds.), *Handbook of Identity Theory and Research* (pp. 693-714). Doi: 10.1007/978-1-4419-7988-9_29
- Stier, J. (2007). GAME, NAME, FAME – AFTERWARDS, WILL I STILL BE THE SAME? A Social Psychological Study of Career, Role Exit and Identity. *International Review for the Sociology of Sport*, 41(1), 99-111. Doi: 10.1177/1012690207081830
- Symes, R. (2010). Understanding Athletic Identity: 'Who am I?'. Retrieved from <https://www.podiumsportsjournal.com/2010/05/24/understanding-athletic-identity>
- Taylor, J., & Ogilvie, B.C. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6(1), 1-20. Doi: 10.1080/10413209408406462
- Townsend, E.A., Polatajko, H.J. (2013). *Habiliter à l'occupation : Faire avancer la perspective ergothérapique de la santé, du bien-être et de la justice par l'occupation*, (2e ed). Ottawa, ON : CAOT publications ACE.
- Ungerleider, S. (1997). Olympic Athletes' Transition from Sport to Workplace. *Perceptual and Motor Skills*, 84(3), 1287-1295. Doi: 10.2466/pms.1997.84.3c.1287
- Wilcock, A.A. (2005). Relationship of occupations to health and well-being. Dans Christiansen, C., Baum, C. M., & Bass-Haugen, J. (Eds.), *Occupational therapy: Performance, participation, and well-being* (pp.135-157). Thorofare, NJ: Slack Incorporated.
- Yerxa, E. J. (1998). Health and the human spirit for occupation. *American Journal of Occupational Therapy*, 52(6), 412-418. Doi : [10.5014/ajot.52.6.412](https://doi.org/10.5014/ajot.52.6.412)

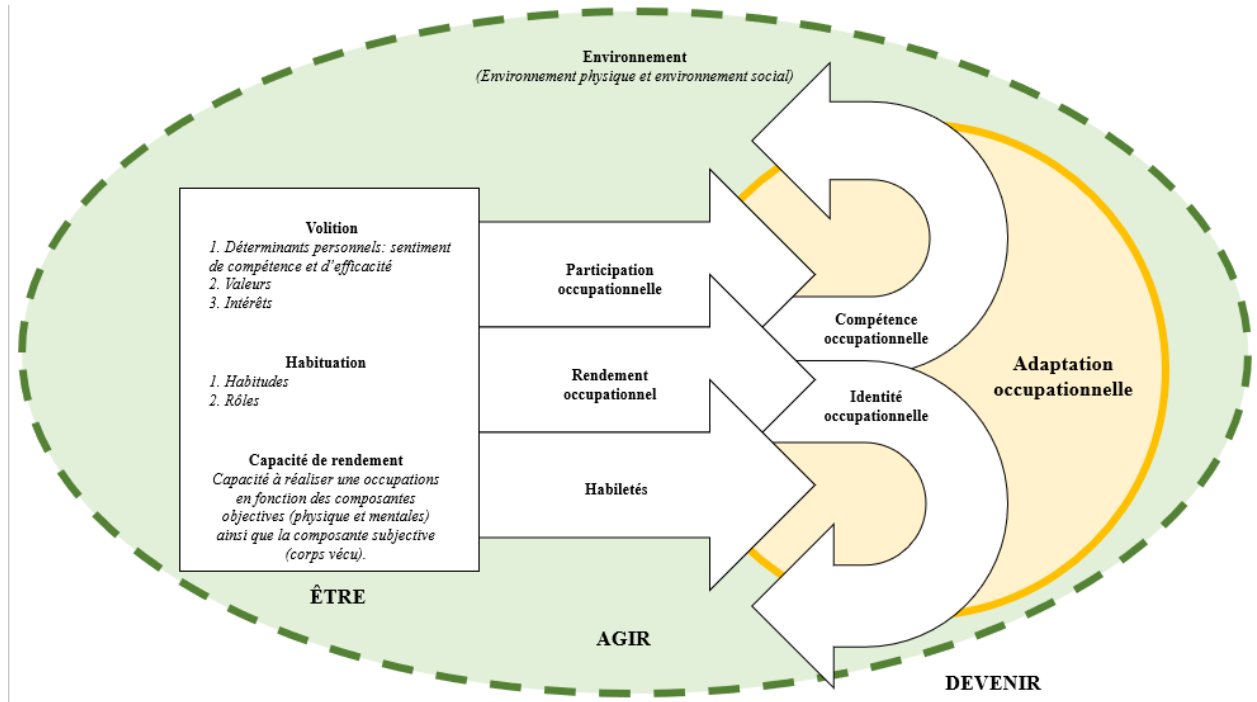
ANNEXE A

REPRÉSENTATION GRAPHIQUE DU MODÈLE CONCEPTUEL DE L'ADAPTATION À LA TRANSITION DE CARRIÈRE CHEZ LES ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU EN PROCESSUS DE RETRAITE SPORTIVE PROPOSÉ PAR TAYLOR ET OGILVIE (1994) (Traduction libre de l'auteur)



ANNEXE B

REPRÉSENTATION GRAPHIQUE DU « MODÈLE DE L'OCCUPATION HUMAINE » (MOH) DE KIELHOFNER (2004) (Reproduction de l'auteur)



ANNEXE C

GRILLE D'ÉVALUATION D'UN ARTICLE SCIENTIFIQUE (Dumont, 2011)

A) Le titre

- a) Donne un bon aperçu de la nature de la recherche
- b) Donne un petit aperçu de la nature de la recherche
- c) Ne donne aucun aperçu de la nature de la recherche

B) Les mots clés

- a) Sont appropriés et complets
- b) Sont appropriés et incomplets
- c) Sont inappropriés ou absents

C) Le résumé

- a) Comprends toutes les composantes de la recherche
- b) Comprends une bonne partie des composantes de la recherche
- c) Plusieurs informations sont manquantes

D) Introduction, problématique et écrits recensés

a) Les écrits recensés (forme)

- i. Sont rapportés de façon claire, concise et critique
- ii. Ne sont pas rapports de façon claire, concise et critique

b) Les écrits recensés (contenu)

- i. Sont pertinents (liens avec la recherche en cours et sont actuels)
- ii. Sont trop vastes
- iii. Sont trop limités

c) Les écrits recensés (analyse)

- i. Font part avec objectivité des aspects controversés de la recherche
- ii. Ne sont pas objectifs
- iii. Ne font pas mention des aspects controversés du champ de la recherche

d) L'objectif de la recherche

- i. Est clairement défini
- ii. Est vaguement défini
- iii. N'est pas défini

e) L'hypothèse de la recherche

- i. Est mentionnée et formulée adéquatement
- ii. Est mentionnée, mais n'est pas formulée adéquatement
- iii. Est absente

f) Les concepts

- i. Sont définis clairement
- ii. Ne sont pas définis clairement
- iii. Ne sont pas définis

g) La pertinence du sujet

- i. Est démontrée
- ii. Est peu démontrée
- iii. N'est pas démontrée

h) La raison d'être de l'étude

- i. Est claire et convaincante
- ii. Est plus ou moins claire ou convaincante
- iii. N'est pas claire ou convaincante

E) Méthodes**a) Le type de devis et le plan d'étude**

- i. Est approprié au problème de recherche
- ii. N'est pas approprié au problème de recherche
- iii. N'est pas mentionné

b) La population étudiée

- i. Est bien définie
- ii. Est définie vaguement
- iii. N'est pas définie

c) Les caractéristiques des sujets de l'échantillon

- i. Sont précisées
- ii. Sont peu précisées
- iii. Ne sont pas précisées

d) L'échantillon

- i. Est représentatif de la population cible
- ii. Est peu représentatif de la population cible
- iii. N'est pas représentatif de la population cible

e) La taille de l'échantillon

- i. Est justifiée et appropriée
- ii. Est plus ou moins justifiée et appropriée
- iii. N'est pas justifiée

f) La méthode de sélection des sujets

- i. Permet une généralisation des résultats de recherche à une population plus large
- ii. Ne permet pas de généraliser les résultats de recherche à une population plus large

g) La méthode de sélection des sujets

- i. Inclut l'énoncé des critères de sélection
- ii. N'inclut pas l'énoncé des critères de sélection

h) La méthode de sélection des sujets

- i. La perte de sujets en cours de recherche est mentionnée
- ii. La perte de sujets n'est pas mentionnée

i) Les variables retenues (dépendantes, indépendantes, covariables)

- i. Sont toutes définies
- ii. Ne sont pas toutes définies
- iii. Ne sont pas définies

j) Les variables retenues

- i. Sont adéquates au sujet à l'étude (pertinentes, complètes)
- ii. Sont plus ou moins pertinentes au sujet à l'étude
- iii. Ne sont pas pertinentes au sujet à l'étude

k) Les instruments de mesure

- i. Sont décrits clairement

ii. Ne sont pas bien décrits

iii. Ne sont pas décrits

l) Les instruments de mesure

i. Les qualités métrologiques sont bien présentées

ii. Les qualités métrologiques ne sont pas bien présentées

m) Les instruments de mesure

i. Sont appropriés aux variables à mesurer

ii. Sont peu appropriés aux variables à mesurer

iii. Ne sont pas appropriés aux variables à mesurer

n) La ou les méthodes de collecte de données ainsi que la procédure

i. Sont bien décrites et appropriées au sujet à l'étude

ii. Sont décrites, mais non appropriées au sujet à l'étude

iii. Ne sont pas décrites

o) Les dimensions éthiques

i. Sont prises en compte, l'étude a reçu l'approbation du comité d'éthique et le consentement éclairé est obtenu

ii. Ne sont pas clairement décrites

p) Les méthodes et analyses statistiques

i. Sont indiquées en termes précis

ii. Sont vaguement indiquées

iii. Ne sont pas appropriées au type de variables

q) Les méthodes et analyses statistiques

i. Sont appropriées au type de variables

ii. Sont peu appropriées au type de variables

iii. Ne sont pas appropriées au type de variables

F) Résultats

a) Les résultats (le texte et les tableaux sont complémentaires et non redondants)

i. Sont clairement présentés (tableaux, graphiques, etc.)

ii. Ne sont pas clairement présentés (peu ou pas de tableaux, etc.)

b) Les résultats (information pertinente et correspondant au but de l'étude)

i. Sont valides

ii. Sont plus ou moins valides

iii. Ne sont pas valides

c) Les résultats (qualité scientifique des données présentées)

i. Sont fiables

ii. Sont plus ou moins fiables

iii. Ne sont pas fiables

d) Les données recueillies

i. Sont analysées de façon détaillée

ii. Sont analysées de façon peu détaillée

iii. Ne sont pas analysées

e) La signification statistique des valeurs numériques (t-test, variance, degré de liberté, niveau de signification)

i. Est démontrée

ii. Est peu démontrée

iii. N'est pas démontrée

f) L'intervention (s'il y a lieu)

- i. Est décrite en détail
- ii. Est peu décrite
- iii. N'est pas décrite

g) La contamination ou les co-interventions lors de l'intervention

- i. A été évitée
- ii. A été limitée
- iii. N'est pas discutée

h) La signification ou l'importance clinique des résultats

- i. Est rapportée
- ii. Est peu abordée
- iii. N'est pas abordée

i) La mortalité expérimentale

- i. Est rapportée
- ii. Est partiellement rapportée
- iii. N'est pas rapportée

G) Discussion**a) L'interprétation des résultats**

- i. Est présente et complète
- ii. Est présente, mais incomplète
- iii. Est absente

b) Les liens avec les autres études

- i. Sont précisés et discutés
- ii. Sont précisés, mais sans commentaires
- iii. Ne sont pas mentionnés

c) Les forces et les limites de l'étude

- i. Sont clairement démontrées et discutées
- ii. Sont mentionnées, mais non discutées
- iii. Ne sont pas mentionnées

d) Les biais

- i. Sont identifiés et pris en compte
- ii. Sont plus ou moins identifiés et pris en compte
- iii. Ne sont pas identifiés

H) Conclusions et recommandations**a) L'étude ou la recherche**

- i. Répond tout à fait aux objectifs ou à la question ou donne une réponse complète aux hypothèses de recherche
- ii. Répond partiellement aux objectifs ou à la question ou donne une réponse partielle aux hypothèses de recherche
- iii. Ne répond pas aux objectifs ou à la question ou donne une réponse insuffisante aux hypothèses de recherche

b) Les recommandations et suggestions pour de futures recherches

- i. Sont présentes et clairement formulées
- ii. Sont présentes, mais mal formulées
- iii. Sont absentes

c) Les messages clés

- i. Des messages clés sont présents et témoignent judicieusement des principales conséquences de l'article
- ii. Sont plus ou moins formulés
- iii. Sont absents

ANNEXE D

GRADES DES RECOMMANDATIONS ET NIVEAU DE PREUVE SCIENTIFIQUE

Tableau 6. *Gradation des recommandations fondée sur le niveau de preuve scientifique*

Grade des recommandations	Niveau de preuve scientifique
A	NIVEAU 1
Preuve scientifique établie	<ul style="list-style-type: none"> - Essais comparatifs randomisés de forte puissance; - Méta-analyse d'essais comparatifs randomisés; - Analyse de décision fondée sur des études bien menées.
B	NIVEAU 2
Présomption scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Essais comparatifs randomisés de faible puissance; - Études comparatives non randomisées bien menées; - Études de cohortes.
C	NIVEAU 3
Faible niveau de preuve scientifique	<ul style="list-style-type: none"> - Études de cas-témoins.
	NIVEAU 4
	<ul style="list-style-type: none"> - Études comparatives comportant des biais importants; - Études rétrospectives; - Séries de cas; - Études épidémiologiques descriptives (transversale, longitudinale).

Grille adaptée des grades de recommandation fondée sur le niveau de preuve scientifique proposée par la Haute Autorité de Santé (HAS) (2013).

ANNEXE E

ADAPTATION DE LA GRILLE D'EXTRACTION DES DONNÉES PERTINENTES DU CNFS

Tableau 7. Grille d'extraction des données

Éléments		Détails / précisions
Source	Auteurs	Identifier les auteurs de l'étude.
	Année de publication	Identifier l'année où l'étude a été publiée.
Méthodes	Devis de recherche	Identifier le devis de recherche de l'étude.
	But de l'étude	Identifier l'objectif principal ainsi que les objectifs secondaire, tertiaire, etc. de l'étude.
	Critères d'inclusion et d'exclusion	Cibler les critères d'inclusion et/ou d'exclusion de l'étude. Permet de mieux circonscrire les caractéristiques de la population étudiée.
	Collecte de données	Indiquer les méthodes de collectes utilisées ainsi que leur description. Inclure également les qualités métrologiques.
Participants	Nombre	Inclure le nombre total de participants à l'étude.
	Âge	Âge au moment de l'étude. Moyenne, médiane, écart-type ou étendue.
	Sexe	Nombre ou pourcentage.
	Paramètres	Définir la méthode d'échantillonnage ainsi que les caractéristiques de l'échantillon.
	Pays	Identifier le pays d'origine des participants.
Analyse des données	Types d'analyses	Déterminer le type d'analyse effectuée (analyse de contenu, analyse statistique, etc.)
	Déterminer la procédure d'analyse	Définir les protocoles suivis. Déterminer les étapes et les analyses effectuées pour chaque variable.
Résultats	Résultats généraux	Décrire les résultats généraux. Prendre soin de définir chaque résultat d'importance.
	Résultats spécifiques	Détailler les résultats de l'étude.
Autres	Sources de financement	Identifier les sources de financement de l'étude.
	Conclusions clés des auteurs de l'étude	Identifier les conclusions clés de l'étude.
	Commentaires pertinents	Identifier tous commentaires jugés pertinents pour une meilleure compréhension des résultats à l'étude.

Adaptation de la grille produite par le Consortium national de formation en santé (CNFS) (n.d).